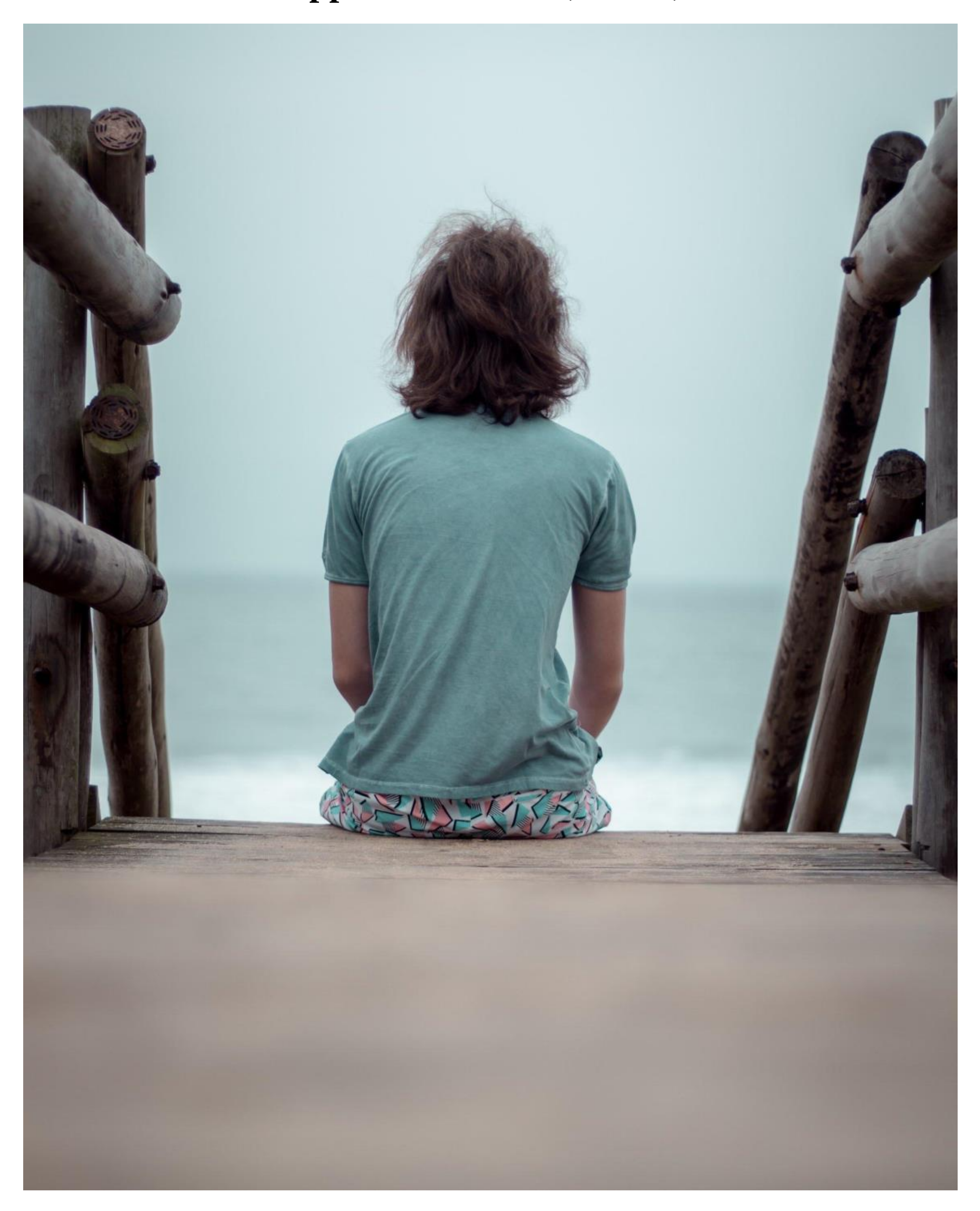
Philippe L. De Coster, B.Th., DD



Le Mental et la Matière

Ordre Souverain des Frères Aînés Rose + Croix, Fondation à Avignon (France) en 1317 par SS le Pape Jean XXII, sise à Gand (Belgique)

De cette identité en Dieu de mon esprit et de mon corps doit être tirée une conséquence anthropologique décisive : il n'y a pas d'interaction entre âme et corps. Contrairement à ce que pense Descartes, l'homme n'est pas constitué de deux substances, pouvant agir l'une sur l'autre, grâce à une union dont on se demandera en vain si elle est corporelle ou spirituelle. Il est seulement ce qui peut être saisi sous deux modalités d'existence différentes, sans rapport de causalité l'une avec l'autre. Seuls des corps peuvent déterminer mon corps à se mouvoir ; seules des idées peuvent déterminer mon esprit à penser : il n'y a de causalité qu'à l'intérieur de chaque attribut. Jamais mon esprit n'agit sur mon corps, ni mon corps sur mon esprit : c'est sur lui-même et sur d'autres modes de la pensée que mon esprit peut agir ; il en va de même de mon corps dans l'étendue.

Même si une telle thèse semble aller à l'encontre de l'expérience immédiate, Spinoza en appelle à l'expérience elle-même : nous enseigne-t-elle véritablement que l'esprit peut agir sur le corps ? Nous apprend-elle vraiment ce que peut faire le corps par lui-même, sans intervention d'une instance psychique ? Non, nul ne sait ce que peut le corps grâce aux seules lois de l'étendue. Ne nous laissons donc pas abuser par les fausses évidences de l'expérience, et comprenons au contraire que puissance corporelle et puissance mentale vont de pair (voir le second texte ci-dessous) : on n'acquiert pas son salut contre son corps, ni même sans lui. On se sauve toujours corps et âme à la fois.

Comme on l’a dit souvent, la philosophie est la science qui permet de tout comprendre. Plus modestement et plus rigoureusement, on dira que la philosophie est l’art de répondre à toutes les questions. Encore faut-il préciser que ces questions doivent être bien posées. Pour éviter les faux problèmes, auxquels il n’est nulle solution qu’illusoire et fausse, le philosophe sera donc celui qui prend toujours bien soin de savoir exactement de quoi il parle, comment se pose son problème, quel est l’objet du débat en cours, et où il veut en venir ; bref, il gardera toujours présente à l’esprit la question : de quoi s’agit-il ?

Le premier soin du philosophe est de bien distinguer les notions, et d’en donner des définitions pertinentes et précises. Ainsi, l’élémentaire mais fondamentale distinction, sans laquelle aucune philosophie n’est possible, entre le mental et matière, doit être l’objet d’une attention toute particulière. Il ne faut pas, en effet, confondre le mental et la matière. Nous allons donc nous efforcer de bien montrer en quoi le mental diffère

de la matière. Et pour commencer il s’agira de définir les deux termes. Posons-nous donc la question :

– Qu’est-ce que le mental (l’esprit) ?

– Qu’est-ce que la matière ?

La difficulté du problème ainsi posé, qui retient depuis toujours l’attention des milieux philosophiques et savants, ne nous échappe pas. Toutefois, nous allons voir que la distinction que nous recherchons est assez aisée à établir. En effet, le sens commun apporte ici une réponse évidente…

Le dualisme cartésien (à vous de juger)

Pour Descartes, la matière et le mental (esprit) ou le corps et l'âme sont deux substances hétérogènes, absolument différentes par leurs essences : la matière est étendue, a une figure, une forme, une grandeur; le mental se caractérise par la pensée et est immatérielle.

L'esprit est plus aisé à connaître que le corps : Le sujet cartésien fait l'expérience de cette séparation dans le cheminement du doute que mettent en scène les Méditations psychologiques ou métaphysiques (pour ne pas entrer dans le système religieux. Lorsque Descartes prend la décision de douter de tout ce qui n'est pas absolument certain, au début de la première Méditation, il rejette comme douteuses toutes les opinions que nous avons reçu passivement depuis que nous étions enfants dans le Christianisme ou autres; puis il en vient à douter du "témoignage de nos sens", puisque l'on sait qu'il arrive qu'ils nous trompent (illusions d'optique). En recourant à l'hypothèse du "malin génie", il en doute même des vérités mathématiques !... A la fin de la première Méditation, il semble qu'il ne reste plus rien qui résiste au doute : Le sujet qui doute (que l'on ne peut même plus appeler Descartes...!) a perdu le monde, les autres, son propre corps.

C'est alors qu'il découvre l’inconnu : Le malin génie peut bien être tout-puissant et me faire douter de tout, il ne peut me faire douter que je doute, ou autrement dit il ne peut faire que je me trompe lorsque j'ai l'intuition que si je doute, je pense et que si je pense, je suis ! En plus bref, il faut bien que j'existe s'il me trompe !

Cette première intuition ou certitude me fait me découvrir moi-même comme sujet qui pense ("je suis une chose qui pense" dit Descartes), et il

est à noter qu'alors que l'existence des corps (y compris du mien) et de la matière est encore douteuse, je prends connaissance de l'existence de la pensée ou de l'esprit. Ainsi s'explique la formule qui sert de titre à cette sous-partie : L'esprit (ou l'âme) est plus aisé à connaître que le corps.

Dès lors, qu'est-ce que la matière ? Ou que connaissons-nous dans un corps ?

Le cheminement des Méditations qui mène donc à la découverte du hasard qu'amène le sujet, institue aussi le monde physique comme autonome, indépendant du mental. Le monde est constitué de matière dont le modèle de la machine ou du pur mécanisme va pouvoir rendre compte. Un corps, vivant ou non, est comme une machine, susceptible d'être expliqué par les seules lois de la mécanique, c'est-à-dire de la physique, du mouvement. L'univers, comme chez Galilée, est intelligible grâce au langage mathématique; nulles forces occultes ou "âmes" en lui. Cette matière est d'ailleurs plus adéquatement saisie par l'entendement qu'elle ne l'est par les sens ou l'imagination, comme le montre ce passage célèbre, dit du "morceau de cire" :

Texte du morceau de cire.

Commençons par la considération des choses les plus communes, et que nous croyons comprendre le plus distinctement, à savoir les corps que nous touchons et que nous voyons. Je n'entends pas parler des corps en général, car ces notions générales sont d'ordinaire plus confuses, mais de quelqu'un en particulier.

Prenons pour exemple ce morceau de cire : il vient tout fraîchement d'être tiré de la ruche, il n'a pas encore perdu la douceur du miel qu'il contenait, il retient encore quelque chose de l'odeur des fleurs dont il a été recueilli ; sa couleur, sa figure, sa grandeur sont apparentes ; il est dur, il est froid, il est maniable, et si vous frappez dessus, il rendra quelque son. Enfin toutes les choses qui peuvent distinctement faire connaître un corps se rencontrent en celui-ci.

Mais voici que pendant que je parle, on l'approche du feu : ce qui y restait de saveur s'exhale, l'odeur s'évapore, sa couleur se change, sa figure se perd, sa grandeur augmente, il devient liquide, il s'échauffe, à peine peut-on le manier, et quoique l'on frappe dessus, il ne rendra plus aucun son.

La même cire demeure-t-elle encore après ce changement ? Il faut avouer qu'elle demeure ; personne n'en doute, personne ne juge autrement.

Qu'est-ce donc que l'on connaissait en ce morceau de cire avec tant de distinction ? Certes ce ne peut être rien de tout ce que j'y ai remarqué par l'entremise des sens, puisque toutes les choses qui tombaient sous le goût, sous l'odorat, sous la vue, sous l'attouchement et sous l'ouïe, se trouvent changées, et que cependant la même cire demeure. Peut-être était-ce ce que je pense maintenant, à savoir que cette cire n'était pas, ni cette douceur du miel, ni cette agréable odeur des fleurs, ni cette blancheur, ni cette figure, ni ce son ; mais seulement un corps qui un peu auparavant me paraissait sensible sous ces formes, et qui maintenant se fait sentir sous d'autres. Mais qu'est-ce, précisément parlant, que j'imagine lorsque je le conçois en cette sorte ? Considérons-le attentivement, et, retranchant toutes les choses qui n'appartiennent point à la cire, voyons ce qui reste. Certes il ne demeure rien que quelque chose d'étendu, de flexible et de muable.

Or qu'est-ce que cela : flexible et muable ? N'est-ce pas que j'imagine que cette cire étant ronde est capable de devenir carrée, et de passer du carré en une figure triangulaire ? Non certes, ce n'est pas cela, puisque je la conçois capable de recevoir une infinité de semblables changements, et je ne saurais néanmoins parcourir cette infinité par mon imagination, et par conséquent cette conception que j'ai de la cire ne s'accomplit pas par la faculté d'imaginer. Qu'est-ce maintenant que cette extension ? N'est-elle pas aussi inconnue ? Car elle devient plus grande quand la cire se fond, plus grande quand elle bout, et plus grande encore quand la chaleur augmente ; et je ne concevrais pas clairement et selon la vérité ce que c'est que de la cire, si je ne pensais que même ce morceau que nous considérons est capable de recevoir plus de variétés selon l'extension que je n'en ai jamais imaginé. Il faut donc demeurer d'accord que je ne saurais pas même comprendre par l'imagination ce que c'est que ce morceau de cire, et qu'il n'y a que mon entendement seul qui le comprenne. Je dis ce morceau de cire en particulier : car pour la cire en général, il est encore plus évident. Mais quel est ce morceau de cire qui ne peut être compris que par l'entendement ou par l'esprit ? Certes c'est le même que je vois, que je touche, que j'imagine, et enfin, c'est le même que j'ai toujours cru que c'était au commencement.

Or ce qui est ici grandement à remarquer, c'est que sa perception n'est point une vision, ni un attouchement, ni une imagination, et ne l'a jamais été quoiqu'il le semblât ainsi auparavant, mais seulement une inspection de l'esprit, laquelle peut être imparfaite et confuse, comme elle était

auparavant, ou bien claire et distincte, comme elle est à présent, selon que mon attention se porte plus ou moins aux choses qui sont en elle, et dont elle est composée.

(*Descartes, Méditations métaphysiques, II, §11-13, 1641*)

Berkeley, par exemple, est certainement l'auteur qui a poussé le plus loin la position idéaliste : on désigne sa position en parlant d'immatérialisme. Va-t-il jusqu'à affirmer que la matière n'existe pas ? Oui et non... Tout dépend ce que l'on entend par "matière" ! Si en parlant d'un objet ou d'une matière, je parle de l'ensemble des données que me fournissent mes sens (couleur, forme, odeur etc.), alors oui, il s'agit bien de réalités, mais de réalités perçues par mon esprit. Je ne peux en revanche connaître aucune réalité hors de mon esprit. Nous ne connaissons les choses, les objets, que dans le rapport qu'ils ont à nous; ce qu'ils sont "en eux-mêmes", ce qu'une chose est "en-soi", n'est l'objet d'aucune expérience : il s'agit d'une idée métaphysique, c'est-à-dire d'une idée vide, d'une fiction.

Berkeley, le mental seul est réel

De ce que nous avons dit, il suit qu'il n'existe aucune autre substance que le mental (esprit) ou ce qui perçoit. Mais pour avoir une preuve plus complète de ce dernier point, considérons que les qualités sensibles sont la couleur, le mouvement, l'odeur, la saveur, etc., c'est-à-dire les idées perçues par les sens. Or, qu'une idée existe dans une chose non percevant une , c'est contradiction manifeste : car c'est la même chose qu'avoir une idée et percevoir. Donc, ce en quoi existent la couleur, la figure, etc., doit forcément les percevoir. D'où il est clair qu'il ne peut y avoir aucune substance, aucun substrat non pensant de telles idées. (...)

Il y a des personnes qui font une distinction entre qualités premières et qualités secondes : par celles-là ils entendent l'étendue, la figure, le mouvement, le repos, la solidité ou l'impénétrabilité et le nombre ; par celles-ci ils désignent toutes les autres qualités sensibles telles que couleurs, sons, saveurs, etc. Ils reconnaissent que les idées que nous avons de ces dernières qualités ne ressemblent pas à quelque chose de non perçu qui existerait hors du mental ; mais ils veulent que nos idées des qualités premières soient les modèles ou images de choses qui existent hors du mental, dans une substance non pensante qu'ils appellent matière. Par matière donc, nous devons entendre une substance inerte et insensible, dans laquelle l'étendue, la figure, le mouvement, etc.,

subsistent effectivement. Or il est évident, par ce que nous avons déjà montré, que l'étendue, la figure et le mouvement ne sont que des idées existant dans l'esprit ; et qu'une idée ne peut ressembler à rien d'autre qu'à une autre idée ; que, par conséquent, ni les idées ni leurs archétypes ne peuvent exister dans une substance non percevant. D'où il est clair que la notion même de ce qu'on appelle matière ou substance corporelle renferme une contradiction. (...)

N'argumentons pas contre l'existence d'aucune chose que nous puissions appréhender soit par les sens, soit par la réflexion. Personnellement, je n'ai pas le moindre doute de l'existence effective des choses que je vois de mes yeux et je touche de mes mains. La seule chose dont nous nions l'existence, est celle que les philosophes appellent matière ou substance corporelle. (...)

On insistera sur ce qu'au moins il est vrai que nous rejetons toutes les substances corporelles. Je réponds que si l'on prend le mot substance dans son sens courant, comme une combinaison de qualités sensibles telles qu'étendue, solidité, poids, etc. - on ne peut nous accuser de les supprimer; mais si on le prend dans son sens philosophique, comme un soutien d'accidents et de qualités extérieurs à l'intelligence - alors certes, je le reconnais, nous les supprimons, si l'on peut dire qu'on supprime ce qui n'a jamais existé, non pas même dans l'imagination.

L’humain, le vivant

La biologie est-elle une science de la vie ou n'est-elle pas plutôt une science du vivant ? Peut-on définir la vie ? Est-elle en tant que telle objet de science, ou seulement ses manifestations, les êtres vivants ?

Le vitalisme comme obstacle à l'étude scientifique des êtres vivants : voir la critique de la notion de "principe vital" par Claude Bernard dans ce texte et l'affirmation de la légitimité d'une approche déterministe et mécaniste des phénomènes vitaux dans celui-ci :

Je me propose donc d’établir que la science des phénomènes de la vie ne peut avoir d’autres bases que la science des phénomènes des corps bruts, et qu’il n’y a sous ce rapport aucune différence entre les principes des sciences biologiques et ceux des sciences physico-chimiques. En effet, ainsi que nous l’avons dit précédemment, le but que se propose la méthode expérimentale est la même partout; il consiste à rattacher par l’expérience des phénomènes naturels à leurs conditions d’existence ou à

leurs causes prochaines. En biologie, ces conditions étant connues, le physiologiste pourra diriger la manifestation des phénomènes de la vie comme le physicien et le chimiste dirigent les phénomènes naturels dont ils ont découverts les lois; mais pour cela l'expérimentateur n'agira pas sur la vie.

Seulement, il y a un déterminisme absolu dans toutes les sciences, parce que, chaque phénomène étant enchaîné d'une manière nécessaire à des conditions physico-chimiques, le savant peut les modifier pour maîtriser le phénomène, c'est-à-dire pour empêcher ou favoriser sa manifestation. Il n'y aucune contestation à ce sujet pour les corps bruts. Je veux prouver qu'il en est de même pour les corps vivants, et que, pour eux aussi, le déterminisme existe. (*Bernard (Claude), Introduction à l'étude de la médecine expérimentale, 1865*)

Y'a-t-il une finalité dans la nature ?

Pour une certaine tradition, que l'on peut faire remonter à Aristote, si les organismes vivants sont si bien adaptés à leur milieu, ou si leurs organes sont agencés de manière harmonieuse, c'est parce que la nature, comme cause productrice de ces êtres, a créé ces organes pour remplir cette fonction. La nature et ses productions sont finalisées, c'est-à-dire orientées vers des fins. Ainsi, Aristote pense-t-il que la nature a doté l'homme de la main parce qu'il est un être intelligent : voir ce texte.

> « Anaxagore prétend que c'est parce qu'il a des mains que l'homme est le plus intelligent des animaux. Ce qui est rationnel plutôt, c'est de dire qu'il a des mains parce qu'il est intelligent. En effet, l'être le plus intelligent est celui qui est capable d'utiliser le plus grand nombre d'outils : or la main semble bien être non pas un outil, mais plusieurs. Car elle est pour ainsi dire un outil qui tient lieu des autres. C'est donc à l'être capable d'acquérir le plus grand nombre de techniques que la nature a donné l'outil de loin le plus utile, la main. Aussi ceux qui disent que l'homme n'est pas naturellement bien constitué, qu'il est le plus désavantagé des animaux, parce qu'il est sans chaussures, qu'il est nu et n'a pas d'armes pour combattre, sont dans l'erreur. Car les autres animaux n'ont chacun qu'un seul moyen de défense, et il ne leur est pas possible d'en changer. Ils sont forcés, pour ainsi dire, de garder leurs chaussures pour dormir comme pour faire tout le reste, il leur est interdit de déposer l'armure qu'ils ont autour du corps et de changer l'arme qu'ils ont

> reçue en partage. L'homme, au contraire, possède de nombreux moyens de défense, et il lui est toujours permis d'en changer, et même d'avoir l'arme qu'il veut quand il le veut. Car la main devient griffe, serre, corne, elle devient lance ou épée, ou toute autre arme ou outil. Elle peut être tout cela, parce qu'elle est capable de tout saisir et de tout tenir. La forme même que la nature a imaginée pour la main est adaptée à cette fonction. Elle est, en effet, divisée en plusieurs parties. Et le fait que ces parties peuvent s'écarter implique aussi pour elles la faculté de se réunir, tandis que la réciproque n'est pas vraie. Il est possible de s'en servir comme d'un organe unique, double ou multiple. »

La théorie darwinienne de l'évolution, au contraire, permet d'expliquer les mêmes phénomènes sans faire intervenir des causes finales, mais un mécanisme "aveugle" : la sélection naturelle. Ce qu'a montré Darwin avec la sélection naturelle, c'est la possibilité de remplacer l'intention, le dessein qui semble guider l'évolution du monde vivant, par un système de causalité physique. Un mécanisme, simple dans son principe, permet de simuler les actions qu'une volonté dirige vers un but. But et volonté signifient qu'une intention précède l'action; qu'un projet d'adaptation préexiste à la réalisation des structures. La théorie de la sélection naturelle consiste très précisément à retourner cette proposition. Les structures se forment d'abord. Ensuite elles sont triées par les exigences de la vie et de la reproduction. Ne peuvent persister que celles accordées à leur milieu. C'est de ce renversement (...) que vient l'importance de Darwin pour notre représentation de l'univers et de son histoire. En théorie, toute séquence d'événement qui, a posteriori, paraît orientée vers un but peut être expliquée par un mécanisme physique, par une série d'essais avec élimination des erreurs. Il faut dire en théorie, car bien des lacunes demeurent encore dans notre compréhension de l'évolution. Et peut-être demeureront-elles fort longtemps. Malgré les développements récents de la génétique, nous ne connaissons pas toutes les ruses de l'hérédité. (...) Mais la substitution d'une causalité physique à une harmonie préétablie est désormais acquise.

La réflexion éthique sur le vivant croise de nombreuses notions du programme : Le sujet, la conscience, la morale, la technique, la religion, la matière et l'esprit, la justice et le droit ou encore les échanges.

Le rapport à l'animal

Comment considérer un être vivant ? Quand peut-on ou doit-on lui accorder le statut de sujet, en particulier du point de vue moral ? Doit-on a priori rejeter de la sphère des considérations morales les animaux ? Qu'est-ce qui distingue l'homme des autres vivants, et ces différences éventuelles justifient-elles des inégalités de traitement ?

Le jour arrivera peut-être où le reste de la création animale acquerra les droits que seule une main tyrannique a pu leur retirer. Les français ont déjà découvert que la noirceur de la peau n'était pas une raison pour abandonner un homme au caprice de ses persécuteurs sans lui laisser aucun recours. Peut-être admettra-t-on un jour que le nombre de pattes, la pilosité ou la terminaison de l'os sacrum sont des raisons tout aussi insuffisantes d'abandonner un être sentant à ce même sort. Quel autre critère doit permettre d'établir une distinction tranchée ? Est-ce la faculté de raisonner, ou peut-être la faculté de parler ? Mais un cheval ou un chien adulte est un être incomparablement plus rationnel qu'un nourrisson âgé d'un jour, d'une semaine ou même d'un mois - il a aussi plus de conversation. Mais à supposer qu'il n'en soit pas ainsi, qu'en résulterait-il ? La question n'est pas : "peuvent-ils raisonner ?", ni "peuvent-ils parler ?", mais "peuvent-ils souffrir ?".

J’habite un « penthouse » le dernier appartement au septième étage. J’ai, pour ainsi dire une vue sur les toits voisins. Je y vois beaucoup de pigeons volés autour de ma résidence et su terrasse (surface 6 x 4 m). J’ai décidé cette été d’y mettre un réservoir d’eau et une grand coupe de graines, ou restant de nourriture. Handicapé, je vais qu’une seule fois sur cette surface, le matin à 09.00 hrs. Entre 09.00 et 10.00 hrs chaque jour ils attendent que j’y mettes des graines ou autres, actuellement, une dizaine de pigeons, au début sur ma balustrade, actuellement sur le toit d’une maison voisine. Ils connaissent l’heure que je les apporte de la nourriture. Je me suis posé la question, les animaux ont-ils un mental (esprit) ou un instinct. Bonne question.

En conclusion

Tout ce qui est techniquement possible est-il légitime (d'un point de vue moral) ou peut-il devenir légal (problème juridique) ? Quels principes doivent nous guider pour répondre à ces questions ? Doit-on suivre la nature et considérer toute transformation excessive de celle-ci comme une

transgression de son "ordre naturel" ? Faut-il tenir compte de l'enseignement des religions ? Faut-il sinon se référer à une morale philosophique ? Si oui, laquelle ?

Toutes ces questions renvoient aux cours sur la technique, la religion, la morale... mais aussi à celui sur la politique puisque dans le cadre d'une société donnée, d'une société démocratique moderne (pluraliste, laïque et multiculturelle) en particulier, c'est à un arbitrage entre ces différentes options philosophiques et religieuses que l'Etat ou le législateur aura à procéder.

Finalement, l'étendue de cette discussion n'est donc pas ce que crée Dieu selon son bon vouloir, ou que Dieu ne se réduit pas à la pure pensée. La matière n'est pas indigne de Dieu, et la pensée n'est pas exclue de la Nature. Concevoir l'étendue, c'est concevoir l'infinie puissance de l'universalité de Dieu comme productrice de mouvements, et donc de corps (qui sont des rapports de mouvements et de repos) ; concevoir la pensée, c'est encore concevoir la puissance divine, mais comme productrice d'idées et donc d'esprits (esprit ou mental) humain, qu'on peut aussi appeler une « âme », est l'idée de l'ensemble du corps humain).

Mon corps (mode de l'attribut de l'étendue) et mon mental (esprit) (mode de l'attribut de la pensée), en vertu de l'unicité de la substance divine (la divinité en moi), sont donc une seule et même chose : ils sont non pas ce qui se rapporte à une chose en soi, qui apparaîtrait soit sous une apparence physique, soit sous une apparence psychique ; mais ils sont strictement cette chose une et unique, qui est dans la matière un corps, et dans la pensée un esprit (le mental).

De cette identité en divinité de mon esprit et de mon corps doit être tirée une conséquence anthropologique décisive : il n'y a pas d'interaction entre âme et corps. Contrairement à ce que pense Descartes, l'homme n'est pas constitué de deux substances, pouvant agir l'une sur l'autre, grâce à une union dont on se demandera en vain si elle est corporelle ou spirituelle. Il est seulement ce qui peut être saisi sous deux modalités d'existence différentes, sans rapport de causalité l'une avec l'autre. Seuls des corps peuvent déterminer mon corps à se mouvoir ; seules des idées peuvent déterminer mon esprit à penser : il n'y a de causalité qu'à l'intérieur de chaque attribut. Jamais mon esprit n'agit sur mon corps, ni mon corps sur mon esprit : c'est sur lui-même et sur d'autres modes de la pensée que mon esprit peut agir ; il en va de même de mon corps dans l'étendue.

Même si une telle thèse semble aller à l'encontre de l'expérience immédiate, Spinoza en appelle à l'expérience elle-même : nous enseigne-t-elle véritablement que l'esprit peut agir sur le corps ? Nous apprend-elle vraiment ce que peut faire le corps par lui-même, sans intervention d'une instance psychique ? Non, nul ne sait ce que peut le corps grâce aux seules lois de l'étendue. Ne nous laissons donc pas abuser par les fausses évidences de l'expérience, et comprenons au contraire que puissance corporelle et puissance mentale vont de pair (voir le second texte ci-dessous) : on n'acquiert pas son salut contre son corps, ni même sans lui. On se sauve toujours corps et âme à la fois.

Méditation, le pouvoir de guérison du silence

Il y a quelques années d'ici, la méditation était presque synonyme de clubs Nouvel Age, de mantras murmurant des gourous aux conseils quasi profonds mais inimitables et de hippies en chaussettes de laine. De toute façon, la méditation n'avait rien à voir avec la science, les scanners cérébraux ou le monde des affaires. Mais cette image est dépassée. "La science confirme ce que l'on sait depuis des années par expérience personnelle", déclare Willem Oud Ammerveld, psychologue de la personnalité et président de la fondation de méditation Acem. Il médite depuis 22 ans. "La méditation aide à se détendre et à dynamiser."

Et ce n'est pas tout. Selon les experts, la méditation rend calme, mais en même temps alerte. Il abaisse la tension artérielle, le tonus musculaire et la fréquence cardiaque. Il améliore le sommeil. La douleur devient plus supportable, les peurs diminuent, la confiance en soi et la créativité augmentent. La méditation aide à lutter contre la dépendance et améliore les relations. L'humeur s'améliore et même le système immunitaire est renforcé. En bref : la méditation vous rend en bonne santé et heureux. Il y a des centaines d'études scientifiques qui soutiennent cela. Ce message a déjà été capté aux États-Unis : en dix ans, la popularité de la méditation y a doublé. Dix millions d'Américains méditent régulièrement.

La méditation sort lentement mais sûrement du coin sombre de la Belgique, de la France et des Pays-Bas. Dans les agences de formation, il y a une tempête avec des cours spéciaux pour les cadres. Et même la police d'Amsterdam peut apprendre à méditer pour gérer les tensions. Willem Oud Ammerveld, qui dirige les managers dans son quotidien et

préside la Fondation Acem à ses heures perdues : « Acem s'est toujours profilée comme une méthode occidentale, terre-à-terre, sans gourous ni mysticisme, et attire donc toutes sortes de personnes. Hommes et femmes, des ménagères aux professeurs. En ces temps, les gens sont confrontés à de plus en plus de stimuli et cherchent des moyens d'y faire face. La méditation prend peu de temps, est simple et produit des résultats immédiats.

Fréquence cardiaque plus faible

Il existe de nombreuses méthodes de méditation différentes, mais la plupart d'entre elles fonctionnent comme ceci : vous restez assis, vous vous concentrez sur quelque chose (par exemple, un mot que vous répétez encore et encore, une image, votre respiration) et laissez les pensées surgir pendant que vous ne faites rien avec elles. La concentration calme le bruit dans votre tête. Les soucis, les souvenirs désagréables et les commentaires constants sur vos expériences sont supprimés. Une autre technique de méditation, plus « ouverte », vise la pleine conscience de tout ce qui se passe à l'intérieur ou dans votre environnement. Vous observez de manière impartiale et essayez de tout laisser faire. L'état méditatif qui peut être atteint avec un peu de pratique est décrit comme une "relaxation alerte". Vous restez spirituellement très éveillé, alors qu'en même temps vous éprouvez un repos profond.

Dès les années 1970, les chercheurs de Harvard Herbert Benson et Robert Wallace ont découvert qu'après seulement 20 minutes de méditation, une réaction physique se produit qui semble être l'opposé de la réaction de combat ou de fuite que le corps présente en réponse au stress. La respiration devient calme, le rythme cardiaque diminue et le cerveau produit davantage d'ondes dites alpha, le genre d'ondes cérébrales qui augmentent également juste avant de s'endormir. Benson a appelé cela la « réponse de relaxation ». Il a suggéré que la pratique quotidienne de cette réponse de relaxation peut protéger contre le stress et les plaintes liées au stress telles que l'hypertension artérielle, la douleur, l'insomnie, les allergies, et qu'elle peut remédier ou prévenir l'infertilité.

Médecine ou méditation ?

Depuis ce temps, de nombreuses études ont été faites qui montrent que la méditation a en effet toutes sortes d'effets physiques bénéfiques. Par exemple, les personnes atteintes d'artériosclérose avaient des parois

artérielles moins épaissies après six mois de méditation, tandis que les artères d'un groupe témoin atteint de la maladie étaient devenues plus obstruées entre-temps. En mars de cette année, des chercheurs américains ont révélé que les vaisseaux sanguins de jeunes qui méditaient 15 minutes deux fois par jour pendant huit mois se détendaient beaucoup plus facilement après un stress que ceux d'un groupe témoin non méditant. L'amélioration était si grande que l'effet était comparable à celui d'un médicament. Il y a un an, les mêmes chercheurs ont découvert que la méditation abaissait la tension artérielle et la maintenait basse à long terme.

Dans une étude sur des patients atteints de psoriasis, la peau des méditants guérissait quatre fois plus vite que celle des non-méditants. Et les patients atteints de cancer avaient moins d'anxiété, de colère et de tristesse après quelques semaines de méditation. De plus, ils avaient plus d'énergie, moins de problèmes cardiaques et moins de maux d'estomac et d'intestins. Et la douleur devient également plus supportable grâce à la méditation.

Une autre étude a révélé que le nombre de consultations médicales chez les méditants avait diminué de 44 %, les maladies cardiovasculaires de 87 % et les maladies infectieuses de 30 %. Pas étonnant que de plus en plus de médecins s'étonnent que la pleine conscience fonctionne si bien ! Tinge : « L'attitude de base de cette formation est celle du lâcher-prise, de la patience, de l'acceptation et de la douceur. Pas axé sur les résultats.

Cela crée un paradoxe intéressant : quelque chose change, sans que le but soit que quelque chose change. La douleur, tant physique qu'émotionnelle, fait partie de la vie. Nous voulons toujours que cette douleur s'en aille, mais c'est comme ça qu'on la nourrit. Une partie de la douleur consiste en votre propre réaction à celle-ci ; votre colère et votre frustration à ce sujet. En ne jugeant plus la souffrance et en adoptant une attitude d'acceptation, cette partie de la douleur peut diminuer ou disparaître.

Formation intérieure

Mais si la méditation a de tels effets bénéfiques, pourquoi ne pas la pratiquer en masse ? Beaucoup de gens qui commencent la méditation s'arrêtent en quelques semaines. Avouons-le : se lever une demi-heure plus tôt pour méditer n'est pas toujours facile à maintenir dans la pratique.

Pendant la méditation, la pensée de ce lit chaud surviendra régulièrement. Le temps qu'il faut réserver à la méditation semble rapidement plus utile et plus agréable à passer : on peut aussi faire une sieste, écouter de la musique ou regarder la télé pour se détendre. Willem Oud Ammerveld : « C'est aussi possible, oui, mais la méditation offre plus. C'est un entraînement intérieur pour gérer les tensions autrement. Vous n'êtes plus dépendant des impulsions extérieures pour vous détendre. Vous faites quelque chose vous-même.

Parfois, les gens abandonnent parce que les plaintes semblent initialement s'aggraver. Le silence intérieur et la concentration sur son propre corps peuvent mettre en lumière des malaises physiques et mentaux qui n'étaient pas ressentis auparavant. Et ce n'est pas toujours agréable. Willem Oud Ammerveld conseille de continuer quand même. "Ça va vraiment mieux. Les tensions ne disparaissent pas si vous ne voulez pas les ressentir. Si vous êtes massé et que vous ressentez un point sensible, voulez-vous arrêter ? Non, vous essayez de lâcher prise doucement. En méditation, vous pouvez rencontrer des « nœuds musculaires mentaux ». Ces tensions non traitées ne viennent pas de la méditation, elles étaient déjà là. Avec la méditation, vous apprenez à les gérer avec douceur. Mais la méditation est particulièrement agréable, vous savez. Habituellement, les gens le remarquent immédiatement. C'est efficace et efficace. Tu n'as qu'à le faire.

Conseils de méditation pour les débutants

Où et quand? Commencez par dix minutes par jour et augmentez lentement le temps de méditation. Beaucoup de gens le font deux fois par jour pendant une demi-heure, une fois avant le petit-déjeuner et une fois avant le dîner. Il vaut mieux ne pas méditer après un repas. Choisissez une pièce où vous ne serez pas dérangé – éteignez votre téléphone ! – et où il ne fait pas trop chaud. Mais vous pouvez aussi méditer dans le train ou dans la nature.

Posture du corps Trouvez une bonne posture. Vous devriez pouvoir vous détendre sans vous endormir. Prenez, par exemple, une chaise dans laquelle vous pouvez vous asseoir droit, ne vous appuyez pas contre le dossier. Placez vos pieds ensemble sur le sol et posez vos mains sur vos cuisses. Ferme tes yeux. Des vêtements confortables sont un plus.

Concentration

Tout en respirant normalement, détendu, concentrez-vous sur la sensation de l'air entrant et sortant de vos poumons. Vous pouvez compter jusqu'à dix à chaque expiration. Vous pouvez également répéter un mantra dans votre tête. Il existe des mantras fixes dans différentes traditions, mais vous pouvez également utiliser votre propre mantra : choisissez un mot agréable ou un son agréable et répétez-le à l'intérieur.

Soyez doux

Vous constaterez régulièrement que vous pensez quand même aux messages ou que votre esprit vagabonde vers des choses qui vous dérangent. C'est bon. Essayez de ne pas juger, revenez calmement à ce sur quoi vous vous concentrez. Selon les personnes expérimentées, ces imperfections ou soi-disant « intrusions de pensée » peuvent parfois être les plus grandes perspicacités. Considérez la méditation comme une compétence dans laquelle vous pratiquez. Vous remarquerez que votre concentration s'est améliorée après seulement dix méditations.

Moines au laboratoire

Pour étudier les effets de la méditation, les sujets les plus entraînés au monde ont également été impliqués : des moines bouddhistes, qui méditent souvent dix heures par jour depuis de nombreuses années. La collaboration entre les scientifiques et le Dalaï Lama a amené certains de ces athlètes spirituels d'élite au laboratoire.

Une étude a révélé que les moines qui se concentraient ne bronchaient pas lorsqu'ils entendaient un bruit fort inattendu. Dans le cerveau des personnes normales et détendues, un tel stimulus inattendu montre toujours une petite interruption dans le schéma d'onde dans le cerveau ("blocage alpha"). Mais même cela ne s'est pas produit avec les moines. C'était comme s'ils n'avaient entendu aucun bruit fort.

Avec les moines qui pratiquaient la méditation Zen, une forme de méditation dans laquelle il faut rester ouvert à tout stimulus, il s'est passé quelque chose de très différent. Si un tel son est entendu plusieurs fois de suite, les gens normaux s'y habituent : alors le cerveau n'y réagit plus. Ainsi ces moines n'entraient pas dans les « habitats » sur. Le chercheur Richard Davidson a également découvert que les moines avaient un

cerveau antérieur gauche très actif, la zone qui représente une attitude positive envers la vie et des sentiments positifs.

Pionnier dans la recherche sur la méditation, Herbert Benson veut maintenant se concentrer sur la question du fonctionnement de la méditation. Pour ce faire, il se rend au Tibet pour étudier les processus physiologiques des moines qui pratiquent le Tum-mo yoga. Il s'agit d'une forme de méditation dans laquelle les moines sont capables de sécher des draps mouillés sur leur peau nue à l'air libre glacial de l'Himalaya. Une concentration profonde permet aux moines d'élever leur température cutanée de 17 degrés.

- 'Je n'ai pas toujours à juger'

Irene Groothedde (44 ans), rédactrice/traductrice indépendante, part chaque année en retraite de dix jours pour méditer en silence.

- Comment avez-vous commencé?

- « J'ai eu ma première expérience de méditation lors d'un week-end Vipassana en 1999. C'était très intense. Lors des retraites Vipassana, vous méditez une dizaine d'heures par jour pendant dix jours. Vous vous levez tôt, mangez à heures fixes et êtes silencieux presque toute la période. Bien sûr, vous pensez parfois : qu'est-ce que je fais ici ? Ensuite, il semble que vous soyez le seul à être fatigué ou à souffrir. Une fois par jour, vous êtes appelés en petits groupes pour parler à un enseignant. C'est très agréable d'entendre ce que les autres ressentent."

- Quelle perspicacité la méditation vous a-t-elle donnée ?

- "En méditant, j'ai appris que je n'ai pas à m'identifier à mes émotions. J'ai des émotions, mais je ne les suis pas. Cette perspicacité m'a également aidé à gérer la perte de mon partenaire neuf ans plus tôt. Pendant longtemps, je me suis considéré comme « celui qui a perdu son partenaire ». Maintenant, je sais que je peux être triste, mais cela ne fait pas de moi une personne triste.

- En plus des retraites, pratiquez-vous aussi la méditation chez vous ?

- 'Oui bien sûr. J'essaie d'avoir un moment pour moi tous les jours. Éloignez-vous un moment des délires de la journée. Sans méditation, je suis beaucoup plus agité. De plus, cela garantit que je n'ai pas toujours à porter de jugement sur tout et tout le monde autour de moi. Méditer me rend plus doux.

- "Bien sûr que c'est ennuyeux"

P. K. (68 ans), professeur de mathématiques à la retraite, médite deux fois par jour pendant une demi-heure.

- Pourquoi avez-vous médité?

Au début des années 80, je souffrais d'insomnie. Je n'avais pas envie de médicaments et j'ai essayé le yoga, mais cela n'a pas vraiment aidé. J'ai fini par suivre un cours de méditation Acem. C'était un soulagement. En plus de pouvoir mieux dormir, j'ai aussi ressenti moins de stress pendant la journée, je suis devenu plus communicatif et j'ai pu lâcher prise plus facilement sur mes émotions. Des choses qui avaient été «fermées» pendant des années sont maintenant devenues ouvertes. J'ai acquis une meilleure compréhension de moi-même et de la façon dont je réagis aux choses.

- Vous méditez deux fois par jour. N'est-ce pas ennuyeux ?

« Ouais, c'est ennuyeux. Mais c'est la monotonie de patiner dix kilomètres ou de se promener jusqu'à Saint-Jacques-de-Compostelle. Cela n'a pas l'air très excitant non plus, mais il se passe beaucoup de choses à l'intérieur.

- Pourquoi réglez-vous l'alarme lorsque vous méditez ?

Ensuite, je n'ai pas à choisir entre arrêter ou continuer. Une demi-heure suffit : assez longtemps pour traiter les choses de tous les jours, mais pas trop longtemps. Bien sûr, cela doit s'inscrire dans mon agenda.

La Renaissance de l’Ame Aujourd’hui

Dans la psychologie classique ou philosophique, l'âme était un concept central. Mais avec l'avènement de la psychologie moderne, on était susceptible d'entendre que "les âmes sont passées de mode". Eh bien, ils sont restés démodés pendant un temps considérable, mais maintenant une chose curieuse se produit. Au grand dégoût de nombreux psychologues, divers penseurs indépendants reviennent au concept de l'âme.

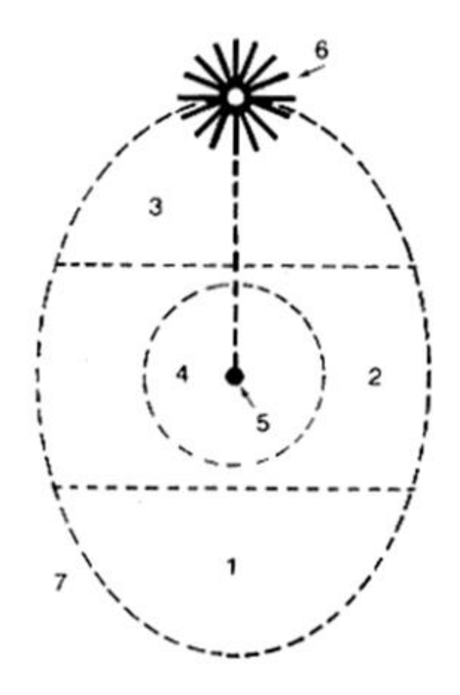
C'est gratifiant, mais le mot "âme" est plutôt malheureux car il est utilisé dans des sens différents et contrastés. Le concept traditionnel de l'âme est celui d'une entité spirituelle - c'est au cœur de la religion chrétienne et aussi d'une branche importante de la philosophie indienne, le Vedanta. Mais ailleurs dans le langage religieux, "âme" est utilisée dans un sens

différent, plus ou moins comme synonyme d'ego, de personnalité ou de conscience.

Les philosophes et les psychologues ont également utilisé le mot "âme" avec des significations différentes. Le philosophe allemand Keyserling assimile "l'âme" à la nature émotionnelle en général. Jung a décrit son concept plutôt compliqué d '«âme» dans son livre Psychological Types :

> Avec la même justification que l'expérience quotidienne nous fournit pour parler d'une personnalité extérieure, nous sommes également justifiés de supposer l'existence d'une personnalité intérieure. La personnalité intérieure est la manière dont on se comporte vis-à-vis des processus psychiques intérieurs ; c'est l'attitude intérieure, le caractère, qui est tourné vers l'inconscient. J'appelle l'attitude extérieure... la personnalité, l'attitude intérieure j'appelle l'anima, ou l'âme.

Dans le langage populaire on parle de "l'âme" d'une nation et ainsi de suite. Je trouve donc préférable d'éviter, dans la mesure du possible, d'utiliser ce mot (ou du moins de nuancer : chaque instance devant faire ressortir le sens particulier recherché). En général, il est plus utile d'employer plutôt le terme « Soi », distingué par un « S » majuscule. Le mot ordinaire « soi » est généralement utilisé pour désigner le moi personnel d'un individu tel qu'il est discuté en relation avec des concepts tels que « l'identité de soi », « la réalisation de soi » et ainsi de suite. Je ne parle pas de ce niveau quand je parler du Soi mais plutôt de ce qu'on peut appeler le Soi Supérieur ou Transpersonnel de chacun.



1 . Inconscient inférieur
2 . Inconscient moyen
3 . Inconscient supérieur ou Supraconscient
4 . Champ de la conscience
5 . «Je» conscient, Centre de conscience
6 . Soi supérieur, spirituel (transpersonnel)
7 . Inconscient collectif

Le diagramme clarifie cette distinction. Les étudiants en Psychosynthèse (Dr. Roberto Assagioli, MD) ont pris l'habitude de l'appeler le « diagramme de l'œuf ». Leur légèreté est une manière de souligner que le schéma n'est qu'une carte grossière et non le territoire de la psyché humaine. Pourtant, j'ai trouvé que c'était une aide utile. Le niveau inférieur correspond à ce que la psychologie freudienne appelle l'inconscient : les pulsions fondamentales, les complexes chargés d'émotions intenses, etc. La bande centrale représente l'inconscient moyen – ces choses qui sont latentes, quiescentes ; ou actif dans notre personnalité mais dont nous n'avons pas conscience pour le moment. Un au-dessus qui est l'Inconscient Transpersonnel ou Supérieur, le Super-conscient, qui est la source de beaucoup de ce que nous considérons comme le meilleur de l'humain : inspiration artistique, perspicacité éthique, intuition scientifique, etc.

Le cercle au centre du diagramme représente grosso modo la zone de notre conscience existante. Le contenu de l'Inconscient Inférieur, de nouvelles données provenant de parties de l'Inconscient Moyen ainsi que des impulsions du Supraconscient se déversent dans cette zone de conscience.

Le moi personnel, cependant, est représenté comme un point, indépendant de tout contenu, donnée ou impulsion particulier. Chacun de nous a ce point central de conscience personnelle, dont nous pouvons faire

l'expérience simplement en reconnaissant que nous sommes conscients de divers contenus de conscience, mais nous ne sommes pas ces contenus. C'est-à-dire que nous ressentons nos émotions, mais nous savons, d'une manière fondamentale, qu'elles ne sont pas nous. Nous avons des pensées, nous sommes conscients d'avoir des pensées, mais elles ne sont pas nous. Nous avons des corps, des douleurs, des douleurs et des extases, mais ce ne sont pas nous. Sinon, comment nos émotions ou nos pensées ou nos corps pourraient-ils changer si souvent, alors que nous conservons un sens fondamental de notre identité ? En fait, en nous désidentifiant délibérément et soigneusement de tous ces contenus passagers, ces actes de prise de conscience, nous pouvons prendre conscience que nous sommes conscients. Et cette prise de conscience est la conscience de soi - la conscience du moi personnel. Ce soi personnel est le noyau humain au niveau ordinaire, le niveau de la personnalité. C'est le centre de nos fonctions psychologiques ordinaires : esprit, émotions, sensation, imagination, etc.

De même, à notre niveau humain supérieur, il existe une entité qui est au centre des fonctions supérieures - l'inspiration artistique, la perspicacité éthique, l'intuition scientifique. C'est notre véritable noyau : il est là en chacun de nous, mais la personnalité n'en est généralement pas consciente au niveau ordinaire. Par conséquent, dans de nombreux cas, cela n'affecte pas les sentiments ou les pensées des gens. Mais c'est souvent le cas. En fait, le soi personnel peut être considéré comme le reflet de cette réalité supérieure, et le soi personnel et ses fonctions habituelles (émotions, esprit, sensation, etc.) peuvent être imprégnés d'énergies vitales provenant de son Soi Transpersonnel [voir schéma]. Lorsqu'un grand artiste reçoit une inspiration majeure, c'est à peu près ce qui se passe - le Soi Transpersonnel de l'artiste, agissant à travers le Super-conscient, envoie de l'énergie dans le champ personnel (le cercle central) ; Cela est vrai pour toutes sortes d'inspirations majeures.

Cette expérience est-elle réservée aux seuls grands artistes et scientifiques et génies religieux ? Ou les gens "de la rue" peuvent-ils aussi en faire l'expérience ?

Non seulement nous le pouvons, mais nous le faisons fréquemment : mais les « étendues les plus éloignées de la nature humaine », comme les appelle Abraham Maslow, sont des étendues subtiles, et il est souvent utile de se référer à des personnes bien connues, au moins comme point de départ. Thomas a Kempis, en donne un exemple dans son livre

Imitation of Christ. Du point de vue psychologique, on peut dire que le "Christ" avec qui Thomas parle est le Soi Supérieur de Thomas. Il ne s'agit pas de nier qu'il existe des réalités au-delà de l'individu. Comme vous le voyez sur le diagramme, l'étoile du Soi est située en partie à l'intérieur de l'ovale de l'individu et en partie à l'extérieur, indiquant que le Soi individuel est en contact avec ce que l'on pourrait appeler le Soi Universel.

En tout cas, des milliers d'individus, des millions peut-être, ont fait l'expérience du Soi et en ont témoigné. En Inde, on l'appelle traditionnellement "l'Atman". Certains des mystiques chrétiens les plus profonds en ont été conscients et l'ont appelé de différentes manières «l'étincelle divine» de la personne, le «sommet», la «base», le «centre» et «l'essence la plus profonde». J'aime la description d'Auguste Gratry du contact avec le Moi Transpersonnel parce qu'elle est si vivante :

> Je me sentais comme [si] c'était une forme intérieure... pleine de force, de beauté et de joie... une forme de lumière et de flamme, qui soutenait tout mon être : une forme inébranlable, immuable, toujours la même, que j'ai retrouvée encore et encore au cours de ma vie; pourtant je le perdais de vue et l'oubliais par intervalles, mais le reconnaissais toujours avec joie et l'exclamation : "Voici mon être réel"

Il existe de nombreux autres récits, mais la plupart d'entre eux sont colorés par l'expérience particulière de l'individu et sont confus par des éléments tels que les moyens de l'expérience, ses résultats ou les croyances religieuses particulières de l'individu. Cela est dû, en partie, au fait que le Soi est un sujet des plus difficiles à aborder ou à comprendre. Elle peut être, et a été, vécue comme un fait de conscience immédiat. Mais cela sort du cadre de la conceptualisation rationnelle. C'est, comme le sens esthétique ou l'intuition, une expérience consciente immédiate, en dehors du domaine mental et intellectuel.

Cette âme ou Soi Transpersonnel peut être considéré comme une voix intérieure d'en haut. Pouvez-vous distinguer la voix du Soi "Supérieur" ou "Transpersonnel" d'une voix plus familière. concept psychologique - le surmoi ou la conscience freudienne ? Sont-ils les mêmes avec un nom différent ?

Le Soi est différent du « super-moi ou ego » ou de la « conscience ». Pour commencer, il est structurellement et ontologiquement différent. Le

super- moi, contrairement au Soi, ne peut être considéré comme une « entité ». C'est un composite, composé de différents éléments ayant des origines diverses. Freud décrit le surmoi comme étant formé par la somme des introjections et des commandes et des inhibitions et des sentiments de culpabilité et de condamnation, tout cela découle des paroles et des actions des parents et des attitudes "morales" d'une culture particulière. Pour activer la relation vivante existant entre le Soi et la personnalité, je demande fréquemment à mes apprenti de faire un exercice. Elle consiste à entrer en dialogue écrit avec son Soi Supérieur et à espérer et attendre une réponse. Cette technique d'une simplicité désarmante donne souvent de bons résultats, si l'on se méfie des faux messages provenant d'autres parties de la personnalité.

Récemment, un apprentis, un professeur gantois de 35 ans, s'est mis à écrire ce dialogue. Il a découvert qu'il commençait à avoir des aperçus de son Soi, puis progressivement son Soi a commencé à "parler" plutôt clairement et avec sagesse. Mon apprentis dans la méditation a spontanément évoqué la différence entre le Soi Supérieur et le Soi-Universel :

Le Soi Supérieur, tel que je le connais, n'est pas comme le Soi-Universel. Le Soi Supérieur ne donne pas d'ordres, il n'est pas contraignant, il n'est pas dur. Il fait des suggestions, il indique des voies - il est plus mental, au sens pur du terme. Le Soi-Universel, en revanche, a beaucoup de tension émotionnelle. Il pousse et presse… Le Soi apparaît serein, vêtu de blanc, fort (bien qu'obscurément visible) et rayonnant - comme celui de Fra Angelico [La Transfiguration]. Il me parle... Il a la qualité d'un professeur. Intéressé et concerné mais détaché. S'il demande quoi que ce soit, il demande à être embrassé. Il s'ouvre à cela. Prends-le ou laisse-le, c'est ce qu'il dit. Il est là. Il doit être CHOISI.

J'imagine plutôt mon Soi-Universel comme sombre, plus charnu et même comme de la pierre. Il y a un air renfrogné sur son visage, un marteau dans sa main. Il cogne et éclate. Il menace et contraint. Il m'épuise et il m'oblige. L'un est le principe de la Liberté et de l'Amour, l'autre le principe obscur de l'Esclavage....

C'est un écrit évocateur mais ce n'est qu'une façon de vivre la différence - conditionnée par la situation particulière de l'auteur. La mention de Fra Angelico, par exemple, vient de ses visites au monastère de San Marco à Florence, où je lui ai recommandé d'étudier les peintures d'Angelico.

Cette utilisation d'œuvres d'art inspirantes est une autre technique, parmi tant d'autres, pour évoquer le Soi. Le client était dans ce que Viktor Frankl appelle une «crise de sens», et ces deux techniques, ainsi que d'autres travaux, ont été utiles pour faire appel à ses plus hautes ressources intérieures. Je modifierais cependant sa description évocatrice en disant que "le surmoi n'est pas tout mauvais" et laisserais ici ce paradoxe sans autre explication.

En quoi la conception du Soi de Jung diffère-t-elle de la nôtre ?

Le concept du soi de Jung n'était pas très défini et a changé avec le développement de sa psychologie. Sans entrer dans une longue discussion, on peut dire qu'il est différent à la fois du Moi Supérieur freudien et de la conception du Soi comme ayant une réalité substantielle propre.

Finalement, l'une des principales raisons pour lesquelles le Soi revient à la mode est la formidable recherche de l'identité de Soi. Autrefois, un individu se considérait, pour ainsi dire, comme allant du Soi. Il s'acceptait tel qu'il était ou, plus fréquemment, il s'identifiait au groupe auquel il appartenait - famille, tribu, clan, classe, nation - ou, s'il était religieux, à quelque Grand Être ou à Dieu. Mais à notre époque, qui pourrait bien être une époque de crise totale, toutes ces identifications tombent, et l'individu est rejeté sur lui-même. Cela le déconcerte, il ne sait pas qui il est, et c'est la raison principale de « l'angoisse existentielle » généralisée. Maintenant, cette recherche emmène fréquemment les gens dans tout un ensemble de nouvelles identifications - avec un groupe temporaire, ou avec leur sexualité, ou avec leur profession ou avec un passe-temps. Mais tôt ou tard ces identifications échouent, et la crise revient. La sortie de crise passe par l'investigation et la découverte de qui nous sommes - par la prise de conscience du moi personnel indépendant de toute identification et, en outre, de ce moi en tant que reflet du Moi Transpersonnel.

Pour répondre à telles questions d'une autre manière, je peux dire que le « Soi » devient une source d'orientation, d'illumination et d'inspiration, et, si vous voulez, de développement du potentiel humain. Je vois des apprentis en psychologie qui sont tout à fait "normaux" au sens ordinaire, voire qui réussissent personnellement et socialement. Mais ils ne sont pas satisfaits. Leur intérêt est dans le développement ultérieur. Celle-ci comporte deux niveaux. Un niveau est le développement de leurs

personnalités d'une manière arrondie - une manière humaine ordinaire - amenant les émotions, le mental (esprit), l'intuition et ainsi de suite dans un fonctionnement harmonieux. Cela a été appelé « réalisation de soi ». J'utilise le terme « Psychosynthèse personnelle ».

Pour beaucoup, cela suffit. Mais d'autres ressentent des "appels" - pour utiliser l'ancien langage. Ils sont attirés par la possibilité d'élargir la conscience dans les confins du Supraconscient, jusqu'à l'expérience du Soi. C'est la vraie réalisation du Soi, ce que j'appelle la Psychosynthèse transpersonnelle ou spirituelle.

Beaucoup de jeunes - et de moins jeunes - sont en crise dans ce domaine. Certains essaient d'induire des expériences d'états de conscience élevés par le biais de drogues ou d'autres moyens. Souvent, ils ont ces expériences spontanément. Mais de telles expériences sont temporaires ; ces gens retombent au niveau ordinaire et ensuite ils déchantent ils se demandent pourquoi ils ne peuvent pas rester « sur les hauteurs ». Ce qui s'est passé, c'est qu'ils sont entrés, dans une certaine mesure, dans ce que Richard Bucke et d'autres ont appelé la "conscience cosmique", un état rapporté par les hommes de tous les temps et de toutes les cultures. Mais leur personnalité est inadéquate pour faire face à ces expériences élevées, et ainsi ils subissent une chute soudaine ou graduelle. Pour ces personnes, la conscience, d'abord du soi personnel, puis du Soi transpersonnel en tant que réalités vivantes, fournit une structure nécessaire qui permet une ascension régulière et progressive. De cette prise de conscience découle également une compréhension de la nature des expériences spontanées ou induites, conduisant à leur assimilation aux autres aspects de la personnalité.

Par conséquent, la procédure normale et sûre serait : premièrement, un travail préliminaire de Psychosynthèse personnelle, y compris une phase psychanalytique, mais pas nécessairement une psychanalyse formelle et détaillée. Après cela, et parfois aussi simultanément, vient l'expérience de la conscience de Soi. Ensuite, le Soi peut être appelé à guider tout le long processus de développement humain. Et pour être le plus pratique en effet en réponse à votre question, la culture de la conscience de Soi sur une large base servira à introduire dans la vie humaine les énergies et les inspirations humaines les plus élevées. Et nous avons cruellement besoin d'exploiter ces sources. Cela, je pense, est évident.

La Méditation en Un Mot

Et penser en plus long de cette pratique

La méditation est toute discipline ou pratique de l'esprit et/ou du corps qui permet à l'individu de modifier sa conscience ou d'atteindre un état de conscience supérieur. La méditation est principalement employée pour l'amélioration du soi et la croissance spirituelle.

Il existe deux types généraux de méditation : la mystique et la laïque. Le mystique est considéré comme la forme la plus élevée de méditation parce que la personne qui le pratique est généralement considérée comme essayant d'atteindre l'Absolu ou le Divin. Il est généralement pratiqué dans un cadre non séculier, tel qu'un monastère, où les pratiquants pratiquent également le retrait du monde, l'ascèse, un régime strict et d'autres régimes. Cependant, il existe des individus exceptionnels qui choisissent indépendamment de vivre ce style de vie.

La méditation laïque aide les praticiens à améliorer leur santé, leur créativité, leur estime de soi, leur réussite et leurs relations avec les autres et le monde qui les entoure. Il peut également améliorer les pouvoirs psychiques de l'individu et l'accomplissement de la connaissance de soi. La méditation par elle-même n'atteindra pas ces objectifs, mais aidera l'individu à les atteindre. Généralement, la personne pratique la méditation deux fois par jour environ vingt minutes à la fois. Certaines recherches scientifiques ont montré que la méditation améliore la santé.

La méditation est universellement pratiquée. En Orient, il est devenu plus formalisé en une discipline spirituelle dans laquelle diverses techniques sont utilisées. La concentration est plus impliquée dans la tradition orientale, en particulier dans le yoga, elle tente de transformer la conscience par le contrôle mental et d'aller au-delà de l'absence de pensée. Alors que certains objectifs de la concentration méditative sont la réalisation d'états mystiques, la posture est très importante. La concentration est sur un seul objet tel que le contrôle de la respiration, un mantra, un yantra (forme géométrique), une flamme de bougie, un koan (puzzle Zen) et ainsi de suite. La méditation de conscience détachée est également plus caractéristique des méthodes orientales, en particulier parmi les nombreuses écoles du Bouddhisme. Parmi les différentes méthodes, la plus connue en Occident est le zazen, ou méditation assise, du Zen.

Les principales religions ou philosophies orientales utilisant la méditation sont le Bouddhisme, l'Hindouisme, le Zen et le Taoïsme, entre autres. L'objectif principal de la pratique de la méditation dans toutes ces philosophies religieuses semble être la libération du monde matériel vers le monde spirituel. Cela signifie principalement la libération du corps, de ses préoccupations et de ses fonctions. En outre, il y a une diminution de l'ego. Les expériences méditatives se poursuivent jusqu'à ce que l'individu atteigne un nirvana. Au-delà du nirvana se trouve le nirodha (cessation), qui consiste en la cessation absolue de la conscience et la quiescence des processus corporels. C'est un état extrêmement difficile à obtenir car le métabolisme du corps tombe à un niveau minimal pour l'existence; ainsi l'état ne peut être maintenu plus de sept jours. Le méditant est tenu de déterminer au préalable la durée pendant laquelle il restera dans cet état.

La méditation dans les méthodes occidentales se concentre davantage sur la contemplation. Cela inclut des pratiques de réflexion sur le sens, telles que la prière, les concepts et les questions. En général, la contemplation ne calme pas l'esprit et n'apporte pas de repos corporel.

La tradition occidentale a commencé avec des moines chrétiens dans le désert égyptien vers le quatrième siècle qui vivaient en ermites. La discipline qu'ils pratiquaient était celle de la purification et de la méditation pour obtenir l'union avec Dieu. On soupçonne que nombre de leurs techniques ont été empruntées à l'Orient ou redécouvertes à partir de là. La répétition, verbalement ou silencieusement, de phrases tirées des Écritures servait de mantra aux Pères du Désert. Dans la tradition catholique, le chemin vers Dieu était caractérisé par la purification, l'ascèse, la prière et la contemplation.

La méditation est également pratiquée dans les pratiques du Judaïsme et de l'Islam, de la Kabbale et du soufisme. Il est inclus dans les pratiques du néo-paganisme et de la néo-sorcellerie également.

Ce qui suit est basé sur une section de l'étude de la néo-sorcellerie. Pour bien comprendre le but et le fonctionnement de la méditation, il faut observer l'humain en tant qu'être à la fois physique et spirituel ou psychologique. La méditation aide à relier les niveaux physique et spirituel de l'être humain. Cette connexion est réalisée au niveau des centres vitaux du corps connus sous le nom de chakras. Pendant le processus de méditation, l'énergie psychique connue sous le nom de

Kundalini ou "la Puissance du Serpent" s'accumule et circule à travers les chakras. Comme il le fait, les chakras s'ouvrent dans un ordre successif.

Cette énergie psychique, à mesure qu'elle augmente, influence ou contrôle différents domaines ou niveaux de l'esprit de la personne. Généralement, trois niveaux de l'esprit humain sont reconnus : le conscient, le subconscient et le super-conscient. Le conscient concerne ou régit généralement les actions volontaires que la personne accomplit pendant son état de veille, telles que manger, parler, marcher, écrire, etc.; le subconscient contrôle généralement toutes les fonctions involontaires du corps telles que la respiration, le rythme cardiaque, etc. ; tandis que le super-conscient, qui est aussi souvent appelé le Soi Supérieur, lorsqu'il est développé, il peut contrôler les deux autres niveaux mentaux. Par exemple, il y a eu des cas où, grâce à la méditation, des individus ont volontairement contrôlé leur rythme respiratoire.

Il existe plusieurs techniques par lesquelles les pratiquants peuvent méditer. L'incapacité d'un pratiquant à méditer peut reposer sur le choix d'une mauvaise technique, la technique n'étant pas adaptée à cet individu particulier, ou ne maîtrisant pas complètement cette technique particulière. De nombreux maîtres des philosophies orientales recommandent la technique consistant à focaliser l'attention sur ce qu'on appelle le "lotus aux mille pédales" de la personne ou le troisième œil qui est situé au milieu du front. Ce faisant, l'individu se concentre sur le septième et le plus haut chakra du corps pour réorienter le moi physique vers le moi mental, formant ainsi une association transcendante entre le moi physique grossier et les identifications mentales de la personne, pour découvrir le "vrai" moi. .

La preuve du processus de réorientation peut être vue dans le bien-être physique et psychologique de la personne, ou dans son absence. Lorsque la personne se sent bien, ou est en relative bonne santé, son attention se concentre plus justement sur son environnement, les choses et les personnes qui l'entourent. Cependant, lorsqu'une personne ne se sent pas bien, ou est déprimée et/ou de mauvaise humeur, son attention peut être qualifiée d'inconsciente, elle a tendance à penser davantage à elle-même. Son attention se rétrécit en se concentrant davantage sur ses propres problèmes ou préoccupations. C'est la raison pour laquelle il est recommandé à un individu de maintenir son activité mentale aussi élevée que possible pour toujours atteindre son vrai moi.

L'intérêt populaire occidental pour la méditation a commencé à être suscité dans les années 1960 et la plupart des techniques adoptées étaient dérivées de celles du Bouddhisme et de l'Hindouisme. Au cours des années 1950, des scientifiques japonais ont commencé à étudier les yogis et les moines zen en méditation. Dans les années 1960, des scientifiques occidentaux ont commencé à étudier les praticiens de la Méditation Transcendantale(TM), à l'invitation du fondateur de la MT Maharishi Mahesh Yogi. Bien que les résultats des études varient, il y avait des résultats similaires : la méditation abaisse le métabolisme corporel, ralentit les ondes cérébrales et induit la relaxation. Les personnes qui méditent régulièrement ont tendance à montrer plus de résistance au stress et à la maladie, et affirment se sentir mieux psychologiquement. En outre, la méditation s'est avérée être une aide dans le traitement de l'addition.

La Philosophie Aujourd’hui

Tendances et caractéristiques du dit Nouvel Age

Idéalisme : la philosophie du bon sens

Nous avons tous une philosophie. Nous ne pouvons pas l'éviter. Même si nous ne savons pas trop comment le mettre en mots, nous regardons tout le monde dans une direction particulière, à travers une certaine fenêtre, à partir d'un certain ensemble d'hypothèses sur la réalité.

Beaucoup d'entre nous, peut-être la plupart d'entre nous, ne réfléchissons pas beaucoup à notre philosophie, et encore moins l'identifions-nous avec un nom. Nos croyances sur la réalité nous accompagnent depuis trop longtemps ; nous ne remarquons pas ces parties de nous qui se sont formées bien avant notre capacité à nous souvenir.

Pourtant, notre manque de sensibilisation ne signifie pas que notre philosophie est accessoire. Au contraire, elle détermine littéralement le sens que nous donnons à notre vie. Elle détermine la façon dont nous interprétons les événements qui nous arrivent, elle détermine les actions que nous choisissons d'entreprendre, elle détermine même ce que nous ressentons à propos de nos propres pensées.

Il n'est pas exagéré de dire que notre philosophie est l'élément le plus important de notre vie mentale.

Fenêtres sur le monde

Il y a généralement trois façons de voir le monde, et toutes les philosophies sont des variétés embellies de ces trois bases.

La première voie est appelée dualisme, basée sur le principe d'une double réalité, Dieu (Esprit) en haut et le monde (matière) en bas. Le dualisme dit généralement que la seule façon de regarder le monde est à travers la fenêtre fournie par la Bible et les religions.

La deuxième voie s'appelle le matérialisme, basée sur la certitude que la matière est tout ce qui existe. Cette philosophie insiste sur le fait que la seule façon de regarder le monde est à travers la fenêtre fournie par la méthode scientifique de la preuve empirique.

Ici, dans l'hémisphère occidental, nous apprenons premièrement à l'église, le second à l'école, et bien que ces deux points de vue puissent être très éloignés dans leur approche, ils sont étonnamment compatibles. Bien que les fondamentalistes puissent rester fermement ancrés dans un point de vue ou dans l'autre, la plupart des Occidentaux apprennent à alterner et à accepter chacun à des degrés divers, selon qu'ils sont au travail ou à l'école, ou selon ce qui se passe dans leur vie à ce moment-là.

Les deux visions du monde s'accordent également dans leur méfiance à l'égard de soi, le petit soi glissant pris dans sa propre expérience. Les deux éloignent le moi de la quête de la connaissance et nous incitent plutôt à nous en remettre aux autres, qu'il s'agisse de prophètes morts depuis longtemps délirant dans le désert ou d'un groupe de physiciens en blouse blanche.

La troisième voie, la voie traditionnelle de l'Orient - ainsi que la voie du Nouvel Âge bien sûr - est l'idéalisme, basé sur la compréhension que l'Esprit (le Mental) est tout ce qui existe. L'idéalisme dit que pour vraiment voir le monde, il faut regarder à travers de nombreuses fenêtres et apprendre à comprendre comment chacune a un impact sur ce que nous voyons. Il dit aussi que puisque toute vision dépend d'un soi qui voit, il ne peut y avoir de connaissance du monde sans connaissance de soi. Il dit que nous ne devons pas suivre aveuglément les chemins forgés par les autres, mais que nous devons suivre le chemin qui pousse sous nos deux pieds.

L'idée parfaite

Le mot «idéalisme» vient de la théorie de Platon des Idées éternelles, les entités immuables qui, selon lui, donnent forme à toute matière. Selon Platon, tout ce que nous vivons, de la vérité ou de la beauté à un lit ou à un cheval, est une copie inférieure d'une Idée parfaite qui existe indépendamment de la réalité.

Le monde dont nous faisons l'expérience, disait Platon, n'est qu'un pâle reflet de la plus grande réalité spirituelle des Idées.

Aujourd'hui, nous pourrions utiliser des termes plus sophistiqués pour décrire le concept. Buckminster Fuller, par exemple, a qualifié l'idée d'« intégrité de modèle ». Il aurait aimé lever la main pendant ses cours et demander aux étudiants ce qu'ils voyaient. Il soulignait alors que puisque toutes les cellules de sa main seraient mortes dans un an environ, remplacées par de nouvelles cellules, alors sa main ne pourrait pas être une chose réelle avec une quelconque permanence. "Ma main est en fait une" intégrité de modèle ", disait-il, "la capacité de l'univers à créer des mains".

Une telle intégrité de modèle, ou Idée, est clairement une abstraction mentale - quelque chose d'intangible, mais de complètement réel. En effet, pour l'idéaliste, chaque partie de l'univers est la manifestation d'un schéma abstrait, un phénomène du Mental, ou de la Conscience, ou de l'Esprit. (En allemand, Mind et Spirit sont le même mot, Geist).

Cela ne signifie pas que la matière n'existe pas ; cela signifie seulement que la matière est une expression de l'esprit. En d'autres termes, l'esprit est l'essence de la matière, et les objets physiques qui composent l'univers sont littéralement constitués de la substance immatérielle de l'énergie spirituelle.

L'esprit est la réalité, et peu importe comment vous le tranchez, la réalité est l'esprit.

Voir la lumière

À moins que vous n'ayez grandi dans une famille bouddhiste ou que vous n'ayez eu des parents hippies qui ont jadis voyagé en Inde pour trouver l'illumination - alors, comme moi, vous n'avez jamais été exposé à la vision du monde idéaliste en grandissant.

Mais encore une fois, beaucoup d'entre nous ont grandi dans les philosophies occidentales du matérialisme et du dualisme ont également grandi avec un sentiment tenace de quelque chose de "pas tout à fait juste" à propos de ce qu'on nous disait sur la réalité.

Peut-être vous êtes-vous retrouvé à avoir une opinion sans fondement logique dans la vision du monde traditionnelle, ou peut-être avez-vous ressenti ou vu quelque chose que la vision du monde traditionnelle disait que nous n'étions pas censés ressentir ou voir. Ou peut-être avez-vous eu une conversation avec un enseignant ouvert d'esprit, ou avez-vous vu un film basé sur une réalité différente, ou êtes-vous tombé sur un livre révélateur dans une bibliothèque.

Mais peu importe comment cela s'est passé, pour beaucoup d'entre nous, ce premier moment de croisement avec l'idéalisme nous frappe comme une épiphanie. Ce sentiment lancinant que les choses n'ont pas de sens disparaît d'un coup, et la nouvelle vision de la réalité que nous voyons correspond enfin à ce que nous avons intuitivement ressenti depuis le début.

En effet, une fois que ce store de fenêtre s'ouvre, une fois que vous « voyez la lumière » d'un autre point de vue, vous ne pouvez plus revenir en arrière. Une fois que vous entrevoyez la possibilité que la réalité puisse être autre que ce qu'elle semble être, vous ne pouvez plus jamais nier ce sentiment de possibilité. Comme l'a dit le grand idéaliste Ralph Waldo Emerson : « Chaque matérialiste sera un idéaliste ; mais un idéaliste ne peut jamais revenir en arrière pour être un matérialiste.

Pour moi, la partie la plus merveilleuse de regarder par la fenêtre de l'idéalisme a été la découverte de réponses à des questions - des dilemmes philosophiques plutôt que religieuses - auxquelles on n'avait pas répondu de manière satisfaisante pendant la majeure partie de ma vie : la religions et ma vocation sacerdotale.

Les étoiles peuvent s'éteindre et les continents dériver, mais l'expérience d'être humain nous présente éternellement les mêmes problèmes insolubles. Et, insolubles ils sont. Nous nous demandons d'où nous venons et comment nous sommes arrivés ici. Nous nous interrogeons sur le monde qui nous entoure et comment il est arrivé ici. Nous nous demandons pourquoi l'environnement qui nous soutient peut nous abandonner si soudainement.

La philosophie prend notre émerveillement et le transforme en un certain nombre de questions connues sous le nom de « problèmes » de la philosophie. Comment savoir ce qui est le plus vrai ? Quelle est la nature de la réalité? Existe-t-il un Dieu ? Quelle est la nature de l'homme ? Pourquoi sommes-nous ici? Avons-nous le libre arbitre ? Venons-nous au monde avec des obligations morales ?

Chaque philosophie - idéaliste, matérialiste ou dualiste - a élaboré ses propres réponses à chaque problème. Ce sont ces idées qui ont fait sens pour moi. Ce sont ces idées qui ont illuminé mon chemin et fait du voyage de ma vie une aventure que je savoure chaque jour. J'espère qu'ils feront de même pour vous.

Vérité et connaissance

« L'homme a un profond besoin de croire que la vérité qu'il perçoit est enracinée dans les profondeurs immuables de l'univers », écrit Huston Smith dans « The Forgotten Truth », « car s'il n'en était pas ainsi, la vérité pourrait-elle être vraiment importante ? Croire quand les autres voient la vérité si différemment ? »

Nous vivons dans un monde avec des milliards d'autres, et alors que nous avançons ensemble dans une histoire commune, nous ressentons tous le ciel comme bleu, les bébés comme précieux et les os brisés comme douloureux. Nous sommes d'accord sur de nombreux détails, mais nous voyons rarement la même vue d'ensemble. Certains croient que la réalité a été créée par un Dieu personnel (dualisme), certains croient qu'elle est la manifestation d'un Esprit impersonnel (idéalisme), et d'autres croient qu'il s'agit d'un accident arbitraire (matérialisme).

Lorsque nous recherchons des réponses sur la nature de la réalité, nous pouvons choisir parmi un certain nombre de réponses toutes faites ou en créer une nous-même. Pourtant, nous ne voulons pas ajouter une autre simple opinion au mélange. Nous voulons avoir une vérité réelle et précise en notre possession, et pas seulement parce qu'il est satisfaisant d'avoir raison. Comme l'a observé William James, "la possession de pensées vraies signifie partout la possession d'instruments d'action inestimables". Ne vous étonnez pas que je cite des auteurs Anglos/saxons, car j'ai fait carrière chez les Britanniques à Bruxelles.

En d'autres termes, la vérité est le pouvoir. Si vous n'avez pas tous les faits sur une situation - qu'il s'agisse de la limite de vitesse sur la route

que vous conduisez ou du but de la vie que vous menez - alors vous ne pouvez pas porter de jugement ou prendre des décisions judicieuses. Vous ne pouvez même pas agir dans votre propre intérêt. Ce n'est que lorsque vous comprenez la réalité d'une situation que vous pouvez y faire face efficacement. Plus vous êtes capable de saisir la vérité, plus vous possédez de pouvoir.

La vérité est puissante, mais pour nous, les humains, elle est aussi glissante, changeante, relative. Cela change selon le point de vue. Autant nous aimerions pouvoir saisir la vérité et rien que la vérité, mais le fait est qu'en choisissant la fenêtre par laquelle nous regardons - ou refusons de regarder - nous influençons grandement ce que nous verrons.

Ainsi, quelle que soit la philosophie que nous suivons, avant de pouvoir répondre aux questions sur la réalité, nous devons d'abord répondre aux questions d'épistémologie, ou comment nous atteignons la connaissance.

L’ Approche de la vérité

Selon mon professeur de chimie au lycée il y a bien longtemps, la bonne façon de savoir s'appelle la méthode scientifique (non religieuse). Il faut énoncer le problème, puis formuler une hypothèse qui répond au problème, puis tester l'hypothèse par l'expérience. Tous mes professeurs n'étaient pas aussi stricts, mais la plupart insistaient pour qu'on observe le monde à travers la fenêtre de la raison et de la logique. Ceux qui suivent cette approche nous finissent généralement comme matérialistes.

Pendant ce temps, mon professeur d'école du dimanche à Wimbledon (Londres) les années 1959/60 était tout aussi catégorique sur le fait que la bonne source de connaissance est la Bible. Il m'a dit que mon âme même dépendait de mon acceptation de la connaissance « révélée » aux auteurs de la Bible et interprétée par mon église. Toute information contraire aux préceptes bibliques n'était pas digne de confiance. Cette approche conduit presque toujours à une vision du monde dualiste.

Il est intéressant de noter que les approches scientifiques et religieuses, si souvent en conflit, sont en parfait accord dans leur méfiance à l'égard de soi. La religion va jusqu'à dire que compter sur soi pour atteindre la connaissance est un péché. Pendant ce temps, la science suggère qu'un « soi » n'est pas du tout nécessaire. En science, tout ce dont on a besoin est la bonne méthode d'enquête et la discipline pour s'en tenir à ses règles d'objectivité.

D'une part, les règles scientifiques de la connaissance ont été une aubaine pour nous, nous donnant une grande compréhension de la "vérité" sur les processus physiques extérieurs - et nous accordant un grand pouvoir pour manipuler le monde physique à notre avantage.

Mais d'un autre côté, une confiance excessive dans les règles scientifiques peut saboter notre compréhension de la vérité. Les règles scientifiques ne permettent pas que la meilleure façon de calculer la distance au soleil ne soit pas la meilleure façon de calculer l'existence de son âme. En effet, la science ne reconnaît la validité d'aucune expérience intérieure qui n'a pas une base biochimique – et mesurable. Lorsque les règles sur la vérité remplacent la vérité dont nous faisons l'expérience, alors la vérité est perdue.

La religion peut reconnaître l'existence de l'âme, mais la liste des règles de la religion concernant la vérité est encore plus restrictive et obstinément aveugle aux aspects de la vie qui existent en dehors de ses documents anciens. La religion présente une image complètement prédéterminée de la réalité qui ne permet pas de nouvelles informations.

Une fois de plus, nous nous retrouvons avec une liste de règles sur la vérité qui remplace la vérité, et nos efforts pour nous comprendre pleinement et comprendre notre place dans le monde sont compromis.

Parce que les « règles » traditionnelles sur la façon dont nous atteignons la connaissance dressent si souvent des obstacles à la vérité, demande le Nouvel Âge aujourd’hui, existe-t-il une meilleure approche de la vérité ? Quelles règles pour la découverte de la vérité pouvons-nous adopter qui ne deviendront pas plus importantes que la vérité ? Comment pouvons-nous apprendre la nature de la réalité sans être obligés de fermer les yeux sur ce que nous savons peut-être déjà ?

En d'autres termes, comment pouvons-nous découvrir une vérité entière et complète, équilibrée entre ce qui est à l'extérieur et ce qui est à l'intérieur ?

RÈGLE 1. Faites-vous confiance

Après que nous ayons inculqué toute notre vie des manières de savoir dans lesquelles un « soi » est un handicap, le Nouvel Âge aujourd’hui

s'accompagne de la déclaration scandaleuse selon laquelle la seule véritable autorité, c'est vous.

Comme Emerson l'a formulé avec beaucoup d'élégance, "l'homme ne craint pas l'homme, et son génie n'est pas non plus averti de rester chez lui, de se mettre en communication avec l'océan intérieur, mais il va à l'étranger pour demander une tasse d'eau aux urnes", d'autres hommes. Nous devons y aller seuls.

Les idéalistes reconnaissent depuis longtemps que nous sommes chacun responsables de notre petit coin de vérité. Vous êtes le seul qualifié pour déterminer la vérité de votre expérience, à l'aide de vos observations, de votre raisonnement et de vos intuitions.

Après tout, tout dans le monde de notre expérience - que ce soit la couleur du ciel ou l'idée de dieu - n'est connaissable que par le biais d'un soi. Notre seul contact avec la réalité est la perception que nous avons de la réalité. Le ciel ne peut pas être "bleu" tant qu'une paire d'yeux ne voit pas et qu'un esprit n'identifie pas son bleu.

Nous ne pouvons pas séparer une expérience de son expérience, et toute vérité découle de cette indivisibilité. Ce qui ne veut pas dire que le moi crée la vérité ; plutôt, nous nous connectons avec la vérité à travers le soi (*troisième personne*). Nous ne sommes pas la source de la connaissance, mais nous sommes les conduits de la connaissance.

La preuve de notre lien profond avec la connaissance est portée dans notre corps même. Chacun de nous est plein de rivières d'intelligence, abritant un océan interne de connaissances qui fait grandir notre corps, fait battre notre cœur et digère notre nourriture. Nous ne savons pas consciemment comment nous faisons ces choses miraculeuses et compliquées, mais cette connaissance fait partie de chacun. Et c'est à ce moi qu'on peut faire confiance pour discerner la vérité de son expérience.

L'idéalisme nous rappelle que tous les prophètes sont des voix autoproclamées de Dieu, tous les experts des voix autoproclamées du savoir, et toute légitimité qu'ils ont pour moi est accordée par moi-même et mon accord avec eux. Même lorsque nous prétendons nous incliner devant une plus grande puissance, un petit moi humain reste inévitablement la source de l'autorité.

Dans le New Age (*notre ère actuelle*) , nous nous rendons compte que le gabarit est en place, pour ainsi dire. Nous cessons de donner notre

pouvoir, cessons de mendier « une tasse d'eau dans les urnes des autres hommes », et commençons à communiquer avec notre propre océan intérieur.

RÈGLE 2. Question Autorité

Le matérialisme et le dualisme sont tous deux liés aux diktats de l'autorité, et parfois l'autorité est fiable, mais là encore, parfois elle ne l'est pas.

L'histoire a prouvé à maintes reprises que l'autorité est une source aussi importante de l'erreur comme de la connaissance. Le soleil ne tourne pas autour de la terre, l'esclavage n'est pas moralement acceptable, et attacher des sangs sues à un malade qui ne le rétablira pas. Nos églises (les religions) et nos gouvernements doivent continuellement présenter des excuses pour compenser les erreurs passées, dont certaines sont allées au-delà de la simple ignorance pour causer de grands dommages.

Faire appel à l'autorité est un exercice de mémoire, pas d'intelligence. Au lieu de comprendre ce que nous pensons, nous nous souvenons simplement de ce qu'on nous a dit. Nous devenons comme des animaux attachés à un poteau, capables de se déplacer uniquement dans la mesure où la corde le permet. Pendant ce temps, la vérité s'estompe hors de notre portée.

Cela ne signifie pas que nous devrions jeter de côté les connaissances durement acquises de ceux qui nous ont précédés. Nous pouvons, et devons, apprendre des hommes et des femmes qui ont recherché avec diligence et sincérité la vérité au sein des institutions laïques et religieuses. En effet, le Nouvel Age est tristement célèbre pour avoir exploité un large éventail de disciplines à la recherche d'idées et les avoir librement incorporées dans la vision du monde Nouvel Age.

Mais nous ne devrions jamais dépendre de l'autorité des autres, peu importe la sainteté du livre ou la certitude de ses disciples. M. Scott Peck, dans « The Road Less Traveled », avertit qu'il n'y a pas de bonne religion ou philosophie de tradition. Pour être vitale, notre philosophie "doit être une philosophie entièrement personnelle, entièrement forgée par le feu de nos questionnements et de nos doutes dans le creuset de notre propre expérience de la réalité".

RÈGLE 3. Connaître les limites de la perception sensorielle

Les informations sur le monde nous parviennent par un certain nombre de sources en plus de l'autorité. La raison est un autre mode de perception, l'intuition encore un autre.

Pourtant, notre méthode la plus élémentaire de collecte d'informations passe par nos sens. L'autorité est peut-être faillible, mais voir, c'est croire, n'est-ce pas ? Eh bien, pas exactement.

Lorsque nous regardons un objet, tout ce que nous voyons réellement, ce sont les ondes lumineuses incolores qui frappent l'objet et nous sont renvoyées. Ces reflets lumineux stimulent les cônes et les rétines de nos yeux et c'est le cerveau qui les interprète comme des couleurs.

De même, les vagues qui tremblent dans l'air frappent nos tympans et notre cerveau transforme les vibrations en son. Différentes structures moléculaires dans les aliments glissent sur notre langue, différentes papilles gustatives réagissent et notre cerveau transforme l'information en sucré, salé ou acide.

La vue, le son et le goût des choses sont littéralement des expériences de l'esprit, et différents esprits peuvent créer et créent différentes expériences sensorielles du même objet.

Il existe également une grande quantité d'informations que nos sens ne sont pas équipés pour discerner. Par exemple, nos oreilles entendront des ondes sonores d'une certaine portée mais seront sourdes aux longueurs d'onde plus élevées des ondes radio. Nos yeux perçoivent facilement les grands objets mais ne peuvent pas discerner les petits organismes tels que les bactéries et les germes qui partagent nos vies. Ce que les êtres humains peuvent entendre, sentir, toucher, goûter et voir n'est qu'une petite fraction de la réalité.

Bien sûr, nous n'avons pas d'autre choix que de nous fier à nos sens pour nous fournir des informations sur le monde. Mais l'idéalisme nous demande de considérer que l'information sensorielle sur la réalité n'est pas la même chose que la réalité elle-même. Non seulement cela, mais ces informations sensorielles doivent ensuite être traitées par nos esprits émotionnels et préjudiciables.

RÈGLE 4. Connaître les limites de la raison

La raison est le mode le plus respecté pour atteindre la connaissance et est généralement considérée comme notre seul outil fiable pour peser la vérité. Certes, nous ne serions pas en mesure d'arriver à aucune vérité du tout sans l'utilisation de la raison.

Pourtant, il est important de se rappeler que la raison ne fonctionne pas dans le vide. Il a besoin de matériel pour travailler -- à savoir, le matériel des sens. Mais, comme nous l'avons déjà vu, les sens ne fournissent pas d'informations complètes sur la réalité.

La raison, déjà entravée au départ, est ensuite davantage limitée par ce que Carl Jung appelait la « conscience du moi ».

L'esprit (le mental) n'est pas un réceptacle indifférent. L'ego amène la raison à sélectionner et à interpréter les informations en fonction de ses propres besoins et intérêts. Il s'agit d'un système de filtrage très efficace qui attire notre attention sur les faits et les données qui appuient ses idées préconçues et rejette les faits et les données qui s'opposent à ses idées préconçues.

Notre raison sacrée est souvent réduite à un esclave impuissant - esclave de nos passions et de nos idées préconçues - et soutiendra toute vision que nos émotions souhaitent lui imposer. C'est ainsi que la raison est capable de créer des arguments pour l'une ou l'autre de deux vues contradictoires avec une plausibilité égale.

La raison peut donc être une défense puissante contre la reconnaissance de la vérité et perpétue souvent l'illusion avec une rationalisation élaborée. Les chasses aux sorcières, l'esclavage, le nazisme - tous ces éléments ont été défendus de manière convaincante par la raison à leur époque, c'est pourquoi Jung a qualifié notre confiance en la raison de "notre illusion la plus grande et la plus tragique".

Le Nouvel Age nous met en garde contre les limites de la raison et notre dépendance excessive à la rationalité de nos esprits. La raison est certainement l'un de nos outils les plus précieux dans la détermination de la vérité, mais elle ne peut pas faire le travail seule.

RÈGLE 5. Apprendre utiliser son intuition

Quiconque a suivi un cours d'algèbre connaît la frustration d'essayer de résoudre un problème au-delà de sa portée mentale, et la surprise du moment où le mental saute au-delà des étapes logiques de la formule et "obtient" la réponse. Pourtant, lorsque le professeur nous poussait à « montrer notre travail », nous n'avions pas de réponse, car il n'y avait aucun moyen d'expliquer comment on y arrivait d'un seul pas quand tous les autres prenaient le long chemin.

Il n'y aura jamais de moyen logique d'expliquer l'intuition, une compétence intérieure qui non seulement raccourcit la raison, mais atteint des endroits où la raison ne peut pas aller.

Contrairement aux processus rationnels qui avancent de manière linéaire et laissent un chemin clair par étapes, l'intuition est un saut direct au cœur des choses. Ce saut est caché, mystérieux, mais étrangement précis.

Avec l'intuition, le sujet et l'objet fusionnent et produisent un sentiment calme de certitude, ou une réponse corporelle révélatrice, comme une charge électrique agréable. Nabakov a parlé du frisson, du frisson révélateur de la vérité. L'intuition s'accompagne souvent d'un frisson, d'un sentiment de savoir palpable, immédiat, inébranlable.

L'intuition est étroitement liée aux idées mystiques dont sont nées la plupart de nos religions. Dans le mysticisme, le soi (sujet) et l'objet (la réalité ou Dieu) fusionnent littéralement, produisant un état extatique, semblable à la transe. Lorsque les mystiques se perdent dans cet état, des vérités plus profondes en découlent dans la poésie ardente du symbole que l'esprit logique ne comprend pas toujours.

Pourtant, ce n'est pas parce que l'intuition n'est pas rationnelle qu'elle est irrationnelle ou contraire à la raison. Comme Aristote l'a observé pour la première fois, la forme la plus élevée de raison (theoria) est un type d'intuition disciplinée.

Les transcendantalistes du XIXe siècle parleront plus tard de cette forme supérieure de connaissance comme de la «raison transcendantale», un processus ultra-rapide supérieur aux étapes lentes et maladroites typiques de la logique. Aujourd'hui, de nombreux chercheurs parlent de la connaissance du "cerveau entier" qui utilise l'hémisphère gauche intuitif du cerveau ainsi que l'hémisphère droit centré sur la logique.

L'intuition est absolument vitale pour acquérir une connaissance complète. Les grands penseurs décrivent souvent leurs idées révolutionnaires comme provenant d'éclairs intuitifs qui ne sont corroborés que plus tard par des preuves tangibles. Comme Einstein l'a noté à propos de sa découverte de la théorie de la relativité, "Je ne suis pas parvenu à comprendre ces lois fondamentales de l'univers à travers mon esprit rationnel."

Bien sûr, comme pour les autres modes de perception, il est possible de donner trop de poids à l'intuition. Comme la raison, notre sens de l'intuition peut être influencé par les émotions et les désirs de l'ego, et n'est donc pas infaillible. Si nous acceptons tout ce qui "se sent bien" comme seul critère de vérité, nous risquons d'être pris dans le domaine du ridicule et de construire des théories fantastiques qui n'ont clairement aucun rapport avec la réalité telle qu'elle est vécue par les autres modes de perception. C'est un piège qui a affligé de nombreux adhérents du Nouvel Age.

"L'intuition n'est pas un fondement suffisant pour toute philosophie", a écrit le célèbre professeur de philosophie de Harvard, William Hocking. "Mais il est peu probable que nous parvenions à une véritable philosophie sans elle."

Règle 6. Utiliser tous les modes de perception

La vérité n'est pas une question unidimensionnelle. La vie se déroule simultanément comme une expérience physique, une expérience mentale, une expérience émotionnelle et une expérience sociale, et donc une vérité complète doit incorporer tous ces aspects.

Notre meilleure chance d'atteindre une philosophie vraie et complète, "enracinée dans les profondeurs immuables de l'univers", est de glaner nos connaissances à toutes les sources à notre disposition, qu'elles soient orientales ou occidentales, qu'il s'agisse d'écritures anciennes ou des dernières découvertes scientifiques d'hier. « Découverte. » Nous devons confirmer ce que notre intuition nous dit avec nos sens. Nous devons prendre ce que l'autorité proclame et le corroborer avec notre raison.

Lorsque tous les modes de perception fonctionnent ensemble, chacun vérifiant les autres, nous nous rapprochons le plus possible de la vérité.

RÈGLE 7. La vérité est relative

D'accord, donc si nous suivons tous ces nouvelles règles de vérité - nous faire confiance, observer notre propre expérience, entrer en contact avec notre intuition - cela signifie-t-il que nous arriverons tous un jour à une vérité similaire ? Aucune chance.

Un rapide coup d'œil à la variété des croyances du Nouvel Age montre que même en regardant à travers la même fenêtre idéaliste, le monde semble toujours différent à travers des yeux différents. Et bien que cela puisse déranger ceux qui recherchent le confort d'un absolu - pour un aspirant du Nouvel Age, c'est exactement comme cela devrait être.

Après tout, un fermier pauvre de la Chine du XVIe siècle menait une vie très différente de celle d'un riche agent de change de Manhattan du XXIe siècle, et il serait absurde de s'attendre à ce qu'il parvienne à la même version de la vérité. Non seulement ce serait absurde, mais ce serait contraire à l'objectif qu'un idéaliste croit que nous, les humains, sommes sur cette terre pour accomplir - explorer différentes facettes de l'expérience et découvrir une nouvelle vérité est unique à notre époque et en notre lieu (voir l'histoire de la création).

Ken Wilber décrit comment différentes versions de la vérité peuvent encore être relativement « vraies » dans son livre, « The Spectrum of Consciousness. » Il décrit toute conscience comme un spectre de niveaux vibratoires, tout comme les niveaux de rayonnement électromagnétique s'expriment dans diverses longueurs d'onde. Tout comme nous devenons conscients d'une onde radio spécifique uniquement lorsque nous nous "accordons" à cette longueur d'onde particulière, nous devenons conscients de ces niveaux de vérité sur lesquels notre conscience s'accorde.

Tout comme une onde radio qui semble différente d'une onde lumineuse peut toujours faire partie du même spectre de rayonnement électromagnétique, une religion en Chine qui semble différente d'une religion en Amérique peut toujours faire partie du même spectre de vérité. Chaque point de vue est le résultat de notre écoute à un niveau vibratoire différent.

De ce point de vue, écrit Wilber, "aucune approche, qu'elle soit orientale ou occidentale, n'a rien à perdre - au contraire, elles gagnent toutes un contexte universel".

La sauvegarde du contexte universel de la vérité relative est un objectif primordial de la philosophie du Nouvel Age. Plutôt que de se sentir découragé que les gens voient la vérité si différemment, le Nouvel Age comprend que le fragment de vérité de chaque personne est une pièce importante d'un puzzle plus vaste. De la matérialiste avec ses lignes dures de chiffres et de faits à l'idéaliste avec ses lignes floues et relatives - chaque nouvelle "vérité" ajoute une autre dimension, une autre nuance de sens à l'ensemble.

Ou, pour reprendre les mots de William James, la vérité de chacun est aussi nécessaire que toute autre, chacune « vérifiée à sa manière, d'heure en heure et de vie en vie, chaque attitude étant une syllabe dans le message total de la nature humaine, il faut nous tous pour épeler complètement le sens. »

RÈGLE 8. Il y a des degrés de vérité

Dans le Nouvel Age, le fragment de vérité de chacun est respecté comme faisant partie intégrante du tout. Mais cela ne signifie pas que nous ne reconnaissons pas que certains fragments sont clairement plus conformes à la réalité que d'autres.

« Le fait que toutes les perspectives soient relatives ne signifie pas qu'aucune perspective n'a le moindre avantage », poursuit Wilber. « Le fait que toutes les perspectives soient relatives n'empêche pas certaines d'être relativement meilleures. »

Nous sommes humains, nous allons faire des erreurs. Et si nous négligeons d'utiliser tous les modes de perception, nous risquons de commettre de nombreuses erreurs. Respecter le droit de quelqu'un à déterminer ses propres vérités ne signifie pas que je ne peux pas être en désaccord avec lui ou souligner son erreur telle qu'elle me semble. Ma seule obligation est de me rappeler que mon point de vue n'est pas plus privilégié que le sien.

Pourtant, je dois aussi me rappeler que pour rapprocher ma vérité de la vérité, je dois être libre d'essayer de nouvelles idées, de les explorer, de les tester.

En fin de compte, ce n'est pas mon travail, ni le vôtre, de déterminer la vérité pour toujours, pour tout le monde. Ce n'est pas mon travail, ni le vôtre, de déterminer de plus grandes vérités. Nous n'avons qu'à décider ce qui est vrai pour nous-mêmes, et uniquement pour nous-mêmes, à ce moment précis. Lorsque nous le faisons de manière cohérente, nous pouvons constater que notre propre petite vérité grandit, s'étend et s'ouvre vers la source de toute vérité.

Vivre la Vérité

Évidemment, les règles de connaissance du Nouvel Age peuvent avoir un grand dessein sur la vérité et notre vision de la réalité. En incorporant un plus large éventail de sources de connaissances - de l'Orient et de l'Occident, de la science et de la religion, de la psychologie et du mythe - nous aboutissons à une image plus complète de la réalité. En incorporant l'intuition, nous développons une image beaucoup plus détaillée et précise de la réalité, ainsi qu'une image plus équilibrée entre nos mondes intérieur et extérieur. Et en nous faisant confiance pour évaluer notre propre expérience, nous voyons une image de la réalité plus pertinente pour nos propres vies.

Pourtant, l'impact le plus profond de ces règles se situe au niveau personnel - dans notre relation avec nous-mêmes et avec les autres. Dès le début, nous sommes habilités à compter sur nous-mêmes, à croire en nous-mêmes, à nous faire confiance et aux conseils de notre voix intérieure. Nous sommes autorisés à mûrir au-delà des enfants qui répètent ce que les autres nous disent et à devenir des adultes capables de penser de manière critique et indépendante pour nous-mêmes.

En apprenant que nous sommes dignes de confiance, nous nous rendons compte que les autres sont également dignes de confiance. Et parce que nous n'avons pas besoin d'avoir « raison » tout le temps, nous pouvons nous permettre de laisser les autres exprimer leurs propres points de vue sans se sentir menacés. Nous pouvons même commencer à écouter, vraiment écouter, ce que les autres pensent et à honorer ce qu'ils ont découvert au cours de leurs propres voyages uniques.

Ce plus grand respect de soi et des autres se prolonge par un plus grand respect du monde qui nous entoure et de ses profondeurs tout à fait mystérieuses. Plus nous apprenons, plus nous savons que nous avons encore à apprendre. Et à mesure que nous devenons plus à l'aise avec

notre incertitude, ou ce que les bouddhistes appellent "ne pas savoir", nous pouvons nous retrouver à marcher légèrement, presque de manière ludique, à travers de nouvelles idées. Nos vies peuvent s'ouvrir à un merveilleux nouveau sens de l'aventure.

Quand tout est possible, comment ne pas mener une vie plus riche et plus remplie ?

L'histoire de la création

Au début…

Jamais paroles plus saisissantes n'ont été prononcées que celles-ci. Nous ne pouvons pas nous empêcher d'attendre la suite. Nous ne pouvons pas nous empêcher de vouloir résoudre le plus ancien de tous les mystères, le mystère de la façon dont tout a commencé. Ce monde foisonnant et parsemé d'émerveillements, comment est-il né ? Et nous qui luttons contre cela – pourquoi sommes-nous ici ?

Au début, disait le plus sage des hommes, et le peuple écoutait bien. Savoir ce qui s'est passé au début, c'était tout savoir, le comment, le pourquoi et la raison de tout cela. Les aînés ont raconté des histoires d'un vide sombre de néant, brisé par la lumière de la création. Ils racontaient des histoires de jeunes dieux passionnés, donnant naissance au monde et à nous, leurs enfants. Et c'est sur la base de ces histoires que les gens ont construit leur vie.

Aujourd'hui, le passé a perdu son voile de mystère et l'histoire de la création n'est plus une histoire. C'est une science. Au lieu de transmettre de vieux mythes poétiques sur l'origine de l'univers, nous regardons à travers des microscopes et des télescopes. Pourtant, l'histoire de notre création reste une histoire essentielle à raconter car elle nous rappelle que nous sommes tous un seul peuple, unis dans une histoire commune.

Plus important encore, notre histoire de création nous informe de notre raison d'être en vie. Selon les mots de Thomas d'Aquin, "Comme la fin d'une chose correspond à son commencement, il n'est pas possible d'ignorer la fin des choses si nous connaissons leur commencement."

Franges et ondulations

Depuis quelque part au milieu du 20e siècle, les scientifiques sont devenus assez certains que l'univers a vu le jour grâce à une énorme explosion d'énergie connue sous le nom de Big Bang. Avant le Bang, il

est théorisé que l'univers entier était pressé dans un état incroyablement dense, le Bang libérant ce matériau dans une explosion fantastique et le jetant vers l'extérieur pour créer un univers en expansion.

Tout ce qui s'est passé depuis le Bang est à peu près un livre ouvert. Les scientifiques peuvent décrire le développement ultérieur de l'univers avec des détails scrupuleux. Mais décrire le moment exact du Bang est plus une question de créativité scientifique que de certitude scientifique.

Le physicien Alan Guth a décrit la première expansion de l'univers comme un changement de phase - comme le changement de l'eau chaude en vapeur - dans lequel l'énergie s'est transformée en matière. Un autre physicien, David Bohm, a suggéré que la création était moins un Big Bang qu'une petite ondulation sur une vaste mer d'énergie préexistante.

Alors que des scientifiques comme Guth et Bohm essaient de décrire le Big Bang, ils ressemblent beaucoup aux conteurs d'anciens mythes tournants d'une substance aqueuse primordiale d'où les dieux ont émergé. Mais ni le scientifique ni le créateur de mythes ne peuvent totalement satisfaire notre curiosité. Connaître tout ce qui s'est passé après le Big Bang ne fait qu'intensifier le mystère de ce qui s'est passé avant.

La science et la philosophie du matérialisme esquivent la question lorsqu'elles affirment que la naissance de l'univers était aussi la naissance du temps et déclarent qu'il est inutile de se demander ce qui est arrivé avant le commencement. S'il n'y avait pas de temps, alors il n'y avait pas d'avant.

Mais l'idéalisme n'a pas le droit à une solution aussi simple. L'idéalisme doit se demander si la naissance de l'univers dans le temps était la naissance de tout être. Existe-t-il des niveaux d'existence en dehors du temps et de la matérialité ? Après tout, quelque chose a dû déclencher le Bang. Et que la science soit un jour capable de percer ce mystère ou non, l'idéalisme s'interroge sur ce que pourrait être ce quelque chose.

La cause première

C'est Aristote qui a observé le premier qu'il existe plusieurs manières d'expliquer la cause d'un événement. L'une d'elles, qu'il nomma la cause efficiente, qui décrit la relation physique réelle entre les événements. Cette relation physique de cause à effet forme la chaîne causale sur laquelle la science est construite, et elle fonctionne de manière ordonnée et progressive.

En fait, il est si ordonné que les scientifiques ont pu le suivre jusqu'à la plus petite fraction de seconde après le Big Bang, le moment où se termine leur enquête extraordinaire.

Mais Aristote a également identifié un autre type de cause. Il l'a appelé la cause formelle, qui est la relation entre un événement et son but, ou telos. Toutes les choses, disait Aristote, arrivent pour quelque chose d'autre. "La raison (telos) constitue le point de départ." Dans une vision téléologique (et idéaliste) de l'univers, le début des choses est inextricablement lié à la fin des choses.

Dans les deux définitions de la cause, tout arrive pour une raison. La question importante est celle-ci : à quel moment la raison exerce-t-elle son influence ? Par exemple, l'homme a-t-il appris à utiliser des outils parce qu'il a développé des pouces opposables (cause efficiente) ? Ou a-t-il développé des pouces opposables afin de mieux utiliser ses outils (cause formelle) ?

Les anthropologues disent que les outils et les mains se sont développés ensemble. Cela nous dit qu'au fur et à mesure que la vie évolue, la raison et le résultat se créent mutuellement les uns les autres. La vie est synonyme de but, ou telos, et connaître la fin, c'est connaître le début.

Certains pourraient objecter que nous ne pouvons pas savoir quelle sera la fin future. Mais la fin n'existe pas dans le futur. La fin des choses est toujours maintenant. Un temps futur, aussi proche ou lointain soit-il, ne devient réel que lorsqu'il devient maintenant. L'avenir est une idée abstraite qui n'existe que dans notre esprit ; le temps et ses fins n'existent que maintenant.

Une compréhension téléologique de la création nous dit que la cause première est inextricablement liée à ce moment précis. La vie a évolué, et continue d'évoluer, afin de provoquer tout ce qui se passe maintenant. Et maintenant. Et maintenant.

Évolution créative

Selon Darwin, l'évolution est l'organisation systématique de la vie basée sur une chaîne de causes efficientes. Bien que la théorie de Darwin ait envoyé des ondes de choc dans le monde entier lors de sa première introduction, ce n'est pas un mythe particulièrement révélateur. Même si elle est fondamentalement correcte, la théorie de l'évolution néglige de s'attaquer aux causes formelles et ne répond donc pas à la question du

cœur de savoir pourquoi les êtres humains existent. Cela ne nous donne pas non plus d'indice sur notre fonction autre que la survie.

Pour répondre à ces questions, nous devons approfondir le mythe et découvrir le telos qui s'y cache.

La théorie de l'évolution de Darwin est expliquée comme le travail de la "sélection naturelle". La vie choisit de conserver et d'affiner ces mutations aléatoires qui conduisent le mieux à la survie de l'organisme. Mais qu'est-ce qui, demande Ken Wilber, pousse un organisme vers des mutations « aléatoires » ? Les formes de vie de base survivent très bien sans mutations. En fait, les formes les plus simples survivent mieux que les formes les plus complexes, donc la survie n'est clairement pas le but de la sélection naturelle.

Dans son chef-d'œuvre, l'Evolution Créative, le lauréat français du prix Nobel Henri Bergson a insisté sur le fait que l'évolution n'est pas contrainte par des conditions extérieures, mais se développe à partir d'une intelligence intérieure et d'un dessein déterminé. La vie, a-t-il dit, reflète un élan vital, l'impulsion vitale du but qui tâtonne progressivement vers la connaissance et la conscience et "plus de lumière".

Quand nous regardons en arrière le mouvement de l'évolution, nous voyons que la vie est en effet devenue de plus en plus consciente d'elle-même. Plus la forme est élevée et complexe, plus son niveau de conscience est élevé. Au fur et à mesure que les formes de vie évoluent, ajoute Wilber, elles se transcendent par des sauts créatifs afin de développer de nouvelles capacités vers la conscience. Et c'est cette fin qui nous ramène à la cause première.

Si l'univers se développe vers la conscience de lui-même, alors son but doit être la conscience de soi. Et un univers qui est conscient de lui-même doit, bien sûr, être un "soi". Aristote envisageait un Premier Moteur, une cause première qu'il décrivait comme "la pensée pure, pensant à elle-même".

Ce mystérieux Premier Moteur, ce moi conscient de l'univers, est appelé de bien des manières : Mental, Conscience, Intelligence, Esprit. Il est aussi appelé Tao, Brahman, Allah, Jéhovah et Dieu.

Un nouveau mythe

Au début, il y avait le vide. Vide, néant intemporel, ce vide recèle pourtant un potentiel d'Être. Ce potentiel ondulait et se contractait, aspirant à la réalité, rassemblant sa volonté…

Ainsi, l'Être - désirant s'expérimenter lui-même, devenir plus conscient de lui-même - a explosé du vide, projetant son énergie dans l'être physique.

Dans l'orthodoxie orientale, la création est appelée la kénose de Dieu, ou l'auto-vidange de Dieu. En créant l'univers physique, Dieu a créé la dimension physique de lui-même afin de se rencontrer.

"L'évolution", écrit Wilber, "est mieux considérée comme l'Esprit en action, ou Dieu en devenir, où l'Esprit se déploie... se manifestant davantage à chaque déploiement... un processus infini qui est complètement présent à chaque fin. organiser."

Et pourquoi Dieu a-t-il utilisé sa propre essence au lieu de créer quelque chose de « nouveau » ? Si le but de Dieu est de faire l'expérience de lui-même, alors créer quelque chose d'autre que lui-même ne lui permettrait pas cette expérience. Il serait capable d'observer l'univers, mais pas de le voir, de l'entendre, de le toucher, de le goûter. La seule façon pour Dieu d'expérimenter la vie est d'être à l'intérieur de la vie.

Dieu se déploie donc dans l'espace-temps, divisant son essence en fragments qui peuvent alors se servir de miroirs les uns pour les autres. Toutes les parties de l'univers renvoient Dieu à Dieu dans un processus sans fin de séparation et de réunion.

Et si Dieu était l'un des nôtres?

Beaucoup s'opposent à l'histoire idéaliste de la création au motif que Dieu est trop bon, trop pur pour se vautrer dans la boue de la vie ordinaire avec nous. Mais, le Nouvel Age, le monde qu'il aurait créé ?

Pourquoi Dieu ne voudrait-il pas ressentir le plaisir de tenir un nouveau-né après la douleur de lui avoir donné naissance ? Pourquoi ne voudrait-il pas connaître la satisfaction du travail acharné et la déception des rêves perdus ? Pourquoi ne voudrait-elle pas rire, pleurer et crier avec nous ? La plupart d'entre nous transmettons avec empressement le don de la vie à nos enfants, ce qui signifie que nous pensons que la vie vaut la peine d'être vécue malgré ses moments de laideur. Alors pourquoi Dieu ne trouverait-il pas la vie digne d'être vécue aussi ?

Et quelle meilleure façon pour Dieu de s'éprouver que de se déployer dans l'espace-temps, divisant son essence en fragments qui peuvent ensuite se servir de miroirs les uns pour les autres ? Dans ce processus sans fin de séparation et de réunion, toutes les parties de l'univers sont capables de refléter Dieu vers Dieu.

Cette histoire du Nouvel Age de la création est un mythe, en partie une supposition éclairée, en deux parties une intuition. Mais comme tous les mythes de la création, sa valeur ne réside pas dans son degré de conformité aux événements réels, mais dans la mesure où il éclaire pour nous le sens profond de notre existence. Et, en tant que minuscules humains flottant dans un univers inconcevablement vaste, nous avons vraiment besoin de savoir pourquoi nous sommes ici.

Le Telos de l'Etre

(Terminaison, la limite à laquelle cesse une chose (toujours d'une Fin d'une action ou d'un état, mais pas de la Fin d'une période de ...)

Du plus petit atome aux plus grandes galaxies, toutes les parties de l'univers ont conspiré ensemble dans le but de créer une vie consciente. Pourtant, cet univers déterminé est aussi incroyablement vaste, et nous qui habitons ce petit coin de celui-ci pouvons-nous sentir perdus et insignifiants. Plusieurs fois, je me suis demandé comment moi, une personne sur des milliards, vivant sur une planète sur des milliards, pouvais être, quand-même, important.

Mais, j'ai aussi lu les paroles du plus sage des hommes, et j'ai bien écouté. Au début, Dieu s'est étendu à travers un nouvel espace ardent afin que je puisse avoir la vie. Comment puis-je savoir que c'est vrai? Parce que je suis ici. Le « telos de l'être » est toujours là en ce moment, et tout ce qui existe en ce moment est le but de tout ce qui a jamais existé. Chacun de nous est soutenu par toute la création.

Ma vie, votre vie, toute vie a été suscitée au-dedans de Dieu dans le but de sa propre découverte du Soi. Je vis pour apprendre qui je suis afin que Dieu puisse savoir qui il est. Je vis pour expérimenter les possibilités infinies de l'existence afin que Dieu puisse expérimenter sa propre existence. Je suis ici pour apprendre, pour faire l'expérience d'être, et tout ce que je pense, ressens et fais ajoute un autre coup de pinceau de couleur à l'autoportrait de Dieu.

Et parce que je suis un instrument unique en son genre de la conscience de Soi de Dieu, ma seule petite vie est incommensurablement significative.

"Même s'il ne s'agissait que de la relation d'une goutte d'eau à la mer", écrivait Carl Jung, "cette mer n'existerait pas sans la multitude de gouttes".

Pourtant, le plus sage des hommes posera également des questions sur ce mythe, qui peut le dire avec certitude ? Même si le mythe est sorti tout droit de la bouche des dieux eux-mêmes, peut-être que les dieux ont vécu si longtemps qu'eux-mêmes ont oublié d'où ils viennent.

Ou peut-être, comme l'a dit le sage nommé Bouddha, peu importe ce qui s'est passé au début, car la vie recommence toujours, ici et maintenant. Si nous regardons trop longtemps vers le passé, nous risquons de le rater.

Réalité : Pays de l'illusion

« Ahurissant , la réalité, quel concept. »

C'était un dicton populaire il y a quelque temps, un terme ironique utilisé par les jeunes pour décrire leur état d'esprit au retour d'un détour par une opinion erronée ou une idée préconçue qui ne correspondait pas tout à fait aux faits après tout. On nous rappelle sans cesse que la réalité n'est pas toujours ce qu'elle semble à première vue.

Cela nous place devant une sorte de dilemme, car il est important de bien saisir la réalité. Comme l'explique M. Scott Peck, "Plus nous voyons clairement la réalité du monde, mieux nous sommes équipés pour faire face au monde. Moins nous voyons clairement la réalité du monde - plus nos esprits sont embrouillés par mensonges, perceptions erronées et illusions - moins nous serons capables de déterminer des lignes de conduite correctes et de prendre des décisions. Notre vision de la réalité est comme une carte avec laquelle négocier le terrain de la vie.

Construire une carte de la réalité est littéralement la chose la plus importante que nous ferons jamais. C'est avec notre carte que nous traçons notre chemin dans la vie et déterminons ce qui est possible pour nous. Notre carte fixe les paramètres de notre expérience, nous dit ce qui est important et pas important, si nous avons réussi ou échoué dans notre voyage.

La carte scientifique

Pour la plupart des gens, la carte la plus précise et la plus finement détaillée est celle dessinée par la science. Pourtant, bien que le Nouvel Age tienne compte de cette carte, comme nous devons tous le faire si nous voulons de l'exactitude, il reconnaît également que cette carte est gravement incomplète.

Une carte scientifique est composée d'une série de nombres autoréférentiels et de mesures dépourvues de métaphore ou d'histoire pour donner du sens. Comme l'a dit James Lovelock, les scientifiques sont "comme des bibliothécaires compétents qui conçoivent les classifications les plus complexes de chaque nouvelle bibliothèque qu'ils découvrent, mais ne lisent jamais les livres".

La carte scientifique peut être finement détaillée, mais il n'y a pas de légende symbolique, pas de boussole pour nous orienter, pas d'indications sur quoi que ce soit au-delà de la surface plane de la carte. Le Nouvel Age reconnaît que même si la carte scientifique est une aide inestimable, elle ne nous raconte pas la véritable histoire, l'histoire que l'on ne peut obtenir qu'en "ouvrant les livres".

Heureusement, un nombre croissant de physiciens spéculent désormais sur le contexte de leurs chiffres et de leurs mesures. En effet, à mesure que la science progresse, elle se heurte continuellement aux limites de la mesure. Afin de continuer à affiner leurs classifications, de nombreux physiciens se sont retrouvés à passer de l'objectivité à la subjectivité, du matérialisme à l'idéalisme. Et ils découvrent que leurs nombres et leurs mesures les pointent vers une histoire plus merveilleuse que Newton n'aurait jamais pu rêver.

Hologrammes

Alors que la physique s'enfonce de plus en plus dans la nature de la matière, la réduisant à ses plus petits composants, la science découvre « qu'un arbre, une table, un nuage, une pierre - tous sont résolus par la science du XXe siècle en une seule chose constituée de manière similaire, un ensemble d'ondes de particules tourbillonnantes obéissant aux lois de la physique quantique », écrit le Dr Charles Muses.

"C'est-à-dire que tous les objets que nous pouvons observer sont des images tridimensionnelles formées d'ondes stationnaires et mobiles par des processus électromagnétiques et nucléaires... des images de super-hologrammes, si vous voulez."

La réalité physique est principalement vide, et tout au long de ce vide se trouvent de minuscules charges électriques d'énergie se précipitant à des vitesses incroyables tout en occupant moins d'un milliardième du volume que la matière semble remplir en permanence.

Afin de comprendre la quantité infime de "matière" dans chaque atome, imaginez qu'un atome ait la taille d'un immeuble de quatorze étages. Le noyau de cet atome aurait à peu près la taille d'un grain de sel. Quant aux électrons qui sifflent, le grain de sel du noyau a environ 2 000 fois la masse d'un électron.

Ou à l'inverse, comme l'a expliqué Jean Houston, "n'importe lequel des quelque 1027 atomes du corps humain moyen a presque toute sa masse concentrée dans un noyau si petit que si tous les noyaux de tous les atomes qui composent l'ensemble de l'humanité étaient emballés ensemble, leur agrégat aurait la taille d'un grain de riz.

Le monde physique est littéralement un espace vide que l'énergie fait "apparaître" comme solide. La matière, comme le concluait Muses, n'est rien d'autre qu'une image de la réalité.

Un nuage de possibilités

L'image de la réalité, qui semble si réelle et solide à l'œil et à la main humains, vacille vers une instabilité surprenante à travers le microscope quantique. Lorsqu'ils décrivent les constituants des atomes, les physiciens doivent s'y référer non pas comme des choses réelles, mais comme des probabilités et des tendances qui affichent un "degré d'irréalité" distinct.

Les particules subatomiques montrent une tendance marquée à s'estomper dans la réalité concrète selon qu'elles sont observées ou non. La seule façon de vraiment décrire ces constituants les plus élémentaires de l'univers est de les considérer comme des particules "possibles".

L'écrivain scientifique Nick Herbert précise :

Un physicien observe l'atome à un moment donné, détourne le regard un instant, puis l'observe une seconde fois… Si le physicien essaie de décrire l'atome entre les observations comme possédant des attributs définis à

tout moment, il découvre qu'il ne peut pas prédire correctement les résultats. de sa deuxième observation. D'un autre côté, si le physicien décrit l'atome non observé comme... une "vague de possibilités", il obtiendra le bon résultat à chaque fois... Ce que les mathématiques semblent dire, c'est qu'entre les observations, le monde n'existe pas comme une réalité solide mais seulement comme des vagues scintillantes de possibilités.

Selon cette fonction d'onde, tous les atomes non observés existent à des endroits possibles, et non à des endroits définis. Bien sûr, la fonction d'onde n'est qu'un outil mathématique utilisé par la physique pour décrire la réalité, et non la réalité elle-même. Pourtant, pour le physicien, la question demeure : comment les choses concrètes surgissent-elles du monde sans chose de la possibilité quantique ?

La question quantique

Il y a apparemment peu d'accord sur la réponse au «problème de la réalité quantique», et les théories varient sur les raisons pour lesquelles le monde quantique se comporte si capricieusement. En vérité, les théories avancées par différents physiciens semblent souvent encore plus bizarres que celle de l'entité préférée d'un canal psychique.

Par exemple, l'interprétation de "Many Worlds" de Hugh Everett suggère que toutes les possibilités quantiques doivent être des réalités qui existent dans des univers parallèles aux nôtres.

Selon Herbert, le problème de la réalité quantique est devenu, « à proprement parler, pas du tout une question de physique, mais un problème de métaphysique, concerné non pas par les phénomènes mais par la spéculation sur le type d'être qui se cache derrière et soutient les phénomènes. »

Il ajoute que la physique a atteint un point où elle ne peut plus répondre à de telles questions toute seule, et que sans « modèles métaphysiques de ce qui se passe réellement dans le monde, la théorie quantique ne reste rien d'autre qu'un formalisme mathématique opaque, un type très sophistiqué » de l'ignorance.

En d'autres termes, il ne reste rien d'autre qu'une carte sans légende symbolique, sans boussole pour nous orienter et sans pointeurs vers quoi que ce soit au-delà de la surface plane de la carte.

Donc, ici, nous avons reçu une connaissance très exacte de la « réalité » par la physique, et nous devons encore nous demander avec les physiciens, ce qui se passe vraiment ? Quelle est la vraie réalité derrière ses images au comportement étrange ?

Le Voile

Il y a vingt-cinq siècles, lorsque Platon dessinait sa propre carte de la réalité, il n'avait aucune connaissance en physique quantique pour l'aider ; pourtant, il sentait intuitivement que le monde que nous percevons avec nos sens n'était pas la réalité réelle, simplement une image réfléchie de la réalité.

Platon a déclaré avec audace que la vraie nature de la réalité est contenue dans les Idées et a considéré le monde matériel comme un jeu d'ombres projeté par le monde éternel des Idées. Il a comparé la personne ordinaire à un homme assis dans une grotte et regardant un mur sur lequel il ne voit que les ombres de la réalité qui se déroulent invisibles, derrière son dos. « Les yeux », disait Platon, « sont pleins de tromperie ».

Même avant Platon, les Hindous avaient compris que le monde est illusion, qu'ils appelaient maya, le voile des apparences qui cache la réalité. Maya, ou le monde des objets, est une création ludique, comme un drame épique, né de l'imagination de Dieu.

Après tout, comme le poursuit Muses, « la nature même d'une image, aussi sophistiquée soit-elle, exige l'existence d'un processus de projection et d'une source d'image concomitants ». Pour les Hindous, la source de l'image était Brahman, ou Dieu.

Lorsque nous consultons cette carte de la réalité, il n'est pas surprenant d'apprendre que lorsque les astronomes tentent de mesurer l'énergie dans l'univers entier, à la fois positive et négative, ils arrivent continuellement à la somme totale de zéro. Zéro énergie !

L'univers et toutes ses merveilles sont littéralement faits à partir du néant. C'est bien une image, une illusion des apparences. La maya jaillit ainsi en images dansantes du vide, de l'esprit rêveur de Dieu.

Les jours et les nuits de Dieu

Lorsque les hindous ont envisagé pour la première fois la création de la maya, ils l'ont imaginée émanant de l'esprit de Dieu dans un rythme éternel de cycles. Pendant une longue période appelée kalpa (4 320 000 ans), l'univers a été manifesté et rendu réel par les rêves d'un Dieu endormi. Pendant un autre kalpa, Dieu s'est éveillé et n'a plus rêvé du monde, et rien ne s'est manifesté.

Supposons maintenant, dit Alan Watts, que vous soyez Dieu et que vous ayez le pouvoir de rêver tout ce que vous voulez. Au début, vous pourriez vous rêver une vie de richesse et d'abondance, vous imaginer de la nourriture et des jouets à gogo. Vous pourriez vous rêver en héros dans une aventure. Vous pourriez vous rêver en saint.

Mais après un certain temps, pour varier, vous pourriez aussi vous rêver dans une situation terrible, dans une prison, dans une guerre, juste pour voir ce qui se passe. Après un très long moment, même cela pourrait devenir un peu ennuyeux, et vous seriez constamment à la recherche de quelque chose de nouveau, de différent et de dramatique. Et vous ne voudriez certainement pas savoir ce qui se passe à l'avance, car cela gâcherait le plaisir et ruinerait tout le but du rêve.

De cette façon, la vie se déroule dans l'esprit de Dieu comme un rêve dramatique. Et quelle est la raison pour laquelle Dieu a imaginé notre réalité en constante évolution ? La même raison pour laquelle nous, les humains, inventons des histoires, montons des pièces de théâtre et faisons des films ; la même raison pour laquelle nous sommes assis captivés dans des théâtres sombres, ou devant l'écran d'un jeu vidéo, ou restons éveillés tard le soir avec un bon livre. Afin que nous puissions expérimenter tout ce qu'il nous est possible d'expérimenter, ressentir tout ce qu'il y a à ressentir et apprendre tout ce qu'il y a à apprendre.

Nous portons en nous le dessein de Dieu, nous portons en nous la volonté de l'univers entier - d'élargir continuellement la conscience en créant, en apprenant, en devenant toujours quelque chose de nouveau.

Le monde en tant que maya est un drame ludique et éducatif joué par et pour Dieu, qui est à la fois les acteurs et le public. Et, alors que nous nous glissons dans et hors de la maya, nous constatons que le monde est réel comme une scène est réelle avec ses sols en bois dur et ses rideaux de velours, ses accessoires et ses lumières et l'odeur de la peinture grasse. Et

nous, les personnages sur scène, sommes réels tant que l'âme de l'acteur en nous dit nos répliques et porte nos costumes. Mais lorsque l'acteur quitte la scène et que l'âme se débarrasse du corps, nous nous réveillons de notre rêve et l'illusion devient évidente.

Vivre un Rêve

Pour un Nouvel Age, cette carte idéaliste de longue date de la réalité en tant qu'illusion dramatique a été la carte qui a le plus «de sens». Cela répond à la question la plus profonde de notre cœur de savoir pourquoi nous sommes ici et donne à nos vies la stabilité d'un objectif clair sans l'alourdir de lourdes conséquences religieuses, ou sans nous faire sentir perdus dans une mer de processus scientifiques aléatoires.

Cette vision de la réalité nous procure également un profond sentiment de sécurité. En nous permettant de voir à travers les apparences, de voir à travers une matérialité fugace et en constante évolution vers une réalité spirituelle constante, nous découvrons que nous n'avons absolument rien à craindre. Peu importe ce qui se passe dans le drame, nous réussissons notre objectif ; nous ne pouvons pas échouer. Et peu importe ce qui se passe dans le drame, nous, en tant que partie de Dieu, sommes toujours en sécurité.

Lorsque la peur passe par la fenêtre, le plaisir entre en jeu. Lorsque tout est un jeu, une pièce de théâtre, un spectacle, nous sommes libres de profiter de l'aventure. Quand tout est jeu, on peut plus facilement rire de nos travers et de nos chutes. Nous pouvons aussi aborder nos vies comme le ferait n'importe quel acteur jouant un rôle. Plus le rôle est difficile, plus il est satisfaisant de le jouer.

Tragédie et comédie, horreur et suspense, romance et aventure - peu importe le genre de rôle que nous nous retrouvons à jouer aujourd'hui, le Nouvel Âge nous dit que nous pourrions aussi bien rire à haute voix et pleurer de vraies larmes, et nous garder au bord de notre vie. des places. Comme chacun le sait, la vie n'est pas une répétition générale. Autant lui donner tout ce que nous avons.

Créer la réalité

Dans le drame divin qu'est la réalité, nous avons vu que la scène, les accessoires et même les personnages font tous partie d'un seul Dieu, luttant pour la conscience de soi. Et nous, en tant que partie de Dieu,

créons aussi le drame. Avec notre part de conscience de Dieu, nous écrivons en fait le scénario avec Dieu.

En d'autres termes, nous créons notre propre réalité.

C'est une idée assez radicale en ces temps de « pauvre moi, ce n'est pas ma faute ». Nous vivons à l'époque de la victime, et nous passons beaucoup de temps sur le canapé d'un thérapeute, découvrant combien de nos problèmes peuvent être imputés à maman ou papa -- ou dans le bureau d'un avocat, exigeant une compensation parce que nous avons commencé à fumer et tombé malade.

Nous sommes soutenus dans nos sentiments d'impuissance par les manières traditionnelles de regarder le monde. Du point de vue dualiste, tout se déroule selon la volonté mystérieuse de Dieu, et qui sommes-nous pour remettre en cause la sagesse de Dieu ? Nous n'avons d'autre choix que de nous y soumettre.

Pendant ce temps, du point de vue matérialiste, tout est également déterminé, mais pas par Dieu. Les événements se déroulent en raison de «causes» biologiques et environnementales, les événements tombant comme des dominos le long de la chaîne causale et nous emportant avec leur élan.

Ceux d'entre nous qui en ont assez de se sentir impuissants devant les caprices du destin entendront l'affirmation de l'idéalisme selon laquelle nous créons notre propre réalité comme une glorieuse nouvelle. Nous nous sentons immédiatement libérés, immédiatement responsabilisés.

Il n'y a qu'un seul problème : le concept de l'esprit (mental) en tant que matière a toujours fait l'objet d'interprétations diverses. Il y a une interprétation hindoue, une interprétation grecque antique, une cartésienne, une théosophique. Il existe également une version New Thought (Nouvelle Pensée) (voir Ernest Holmes), la version canalisée (voir Jane Roberts ou Neale Donald Walsch) et la version basée sur la science (voir Fred Alan Wolf).

Pourtant, bien que les détails de chaque interprétation puissent différer dans ses détails, tous sont d'accord sur une chose : parce que nous créons notre propre réalité - à quelque niveau et de quelque manière que ce soit - nous sommes chacun responsables de notre réalité.

Manie de manifestation

Dans le Nouvel Age, l'interprétation la plus courante de vous-créez-votre-réalité est difficile à manquer. C'est ce qu'on appelle la «manifestation» et des dizaines de gourous et d'enseignants du Nouvel Age produisent des livres et parcourent le pays pour donner des séminaires sur le sujet.

Ces enseignants nous disent que nous pouvons manifester tout ce que nous voulons dans nos vies en pensant correctement. Argent, amour, santé, longue vie - Dieu veut que nous ayons tout ce que nous voulons pour nous-mêmes. C'est, disent-ils, notre droit divin.

L'argent, comme tout le reste, c'est de l'énergie. Tout comme on pense que le bon flux d'énergie divine à l'intérieur du corps conduit à une bonne santé, on pense que le flux abondant d'énergie divine à travers notre pensée conduit à la prospérité.

D'un autre côté, un flux d'énergie lent - appelé pensée de rareté - nous maintiendra enfermés dans la pauvreté. Si nous n'avons pas un flux libre de bonnes choses dans nos vies, c'est uniquement parce que nous n'avons pas appris à gérer nos pensées correctement.

Ce raisonnement de base était le fondement des religions harmonieuses de la Nouvelle Pensée qui ont pris de l'importance au début du XXe siècle. La science religieuse d'Ernest Holmes et la science chrétienne de Mary Baker Eddy ont toutes deux été fondées sur l'hypothèse qu'en nous mettant en harmonie spirituelle avec l'univers, non seulement nous jouirons du bonheur, mais nous jouirons également d'une santé parfaite et d'une réussite financière.

Les deux religions prétendaient découvrir une loi divine impersonnelle qui fonctionne avec une précision mécanique. « Nous ne voulons pas que les choses soient faites », écrivait Holmes. Grâce à notre pensée, « les choses sont amenées à l'existence, non par la volonté, mais par le pouvoir de la Vérité qui s'affirme ». Dès que nous comprendrons vraiment cela, alors « nous récolterons une moisson de désirs exaucés ».

La religion païenne de la Wicca et d'autres systèmes de croyance magiques sont également basés sur le principe de l'harmonie. Bien qu'ils puissent ajouter des rituels spécifiques à nos pensées soigneusement dirigées pour nous aider à mieux nous «aligner» sur le pouvoir divin, ils affirment également que la capacité de créer les résultats souhaités nous appartient de droit divin.

Expliquer l'inexplicable

Parce que le mouvement Nouvel Age partage les mêmes fondements idéalistes que les systèmes de croyance New Thought (Nouvelle Pensée) et Magie, il a également adopté avec empressement l'idée de la pensée comme littéralement créative par la Loi Divine.

Le fonctionnement interne de cette loi divine est parfois vaguement expliqué. Une entité canalisée a postulé des «enzymes mentales» qui émanent de la peau et pénètrent dans l'atmosphère et façonnent ainsi la réalité. Un autre a déclaré qu'une pensée répétée d’un grand nombre de fois finira par devenir assez lourd avec "l'énergie collective" pour attirer la réalité.

D'autres vont beaucoup plus dans les détails. Les plus scientifiques, par exemple, pourraient prendre « l'effet observateur » bien connu de la physique quantique, dans lequel les particules subatomiques n'existent à aucun endroit spécifique jusqu'à ce qu'elles soient observées par une conscience percevant, et s'accumulent à partir de là. (Voir L'esprit dans la matière)

Ajoutez à cela l'interprétation de la physique « De nombreux mondes », dans laquelle toutes les possibilités existent en tant qu'actualités dans des univers parallèles, et certains auteurs expliquent qu'un changement de pensée ou de concentration peut entraîner un changement de réalité. On change simplement de piste, pour ainsi dire, et on se dirige vers un monde parallèle.

La plupart, cependant, se contentent de permettre que le fonctionnement de la pensée en tant que réalité soit essentiellement «inexplicable» ou un «mystère divin». Heureusement, la connaissance de son fonctionnement n'est pas une composante nécessaire de l'équation de la manifestation. Seules la préparation personnelle et la conviction persistante sont requises. Si plus de gens n'en profitent pas, c'est uniquement parce qu'ils ne savent pas qu'ils peuvent ou qu'ils ne sont pas spirituellement prêts à être illimités. Soit ça, soit nous ne le faisons pas "bien".

Un écrivain populaire suggère que nous nous trompons lorsque nous désirons quelque chose pour la première fois, car dans ce désir se trouve la croyance que nous ne l'avons pas encore, et bien sûr, c'est la croyance qui devient réalité. L'astuce, dit-il, est de contourner la loi et d'être

reconnaissant à l'avance. Nous devons « savoir » que nous avons déjà ce que nous désirons (même si ce n'est pas le cas). Si cela ne fonctionne pas, c'est uniquement parce que nous croyons secrètement que cela ne fonctionnera pas. Le fait de ne pas puiser dans notre pouvoir divin est notre propre responsabilité autant que toute autre chose.

L'enfant dans le magasin de bonbons

Pourtant, malgré ces questions techniques embêtantes, l'ego veut croire. L'ego entend le message Nouvel Age de la manifestation et crie, "Parfait!" Comme un enfant dans un magasin de bonbons, l'ego demande, tu veux dire que je peux avoir n'importe quoi ? Oui, n'importe quoi, dit le gourou souriant du Nouvel Age sur la couverture de son livre, tout ce que vous avez à faire est d'y croire.

Et donc nous croyons, parce que c'est si merveilleux de penser que nous pouvons être spirituels et acquérir en même temps. Nous nous efforçons fidèlement de diriger nos pensées, prononçant des affirmations jusqu'à ce qu'elles creusent des ornières dans notre esprit. Il y a un sentiment de grande paix en sachant que vos souhaits sont sur le point d'être exaucés. Ce n'est vraiment pas si difficile de croire en la magie, pas quand on veut quelque chose d'assez fort.

Oh oui, ajoute le gourou du Nouvel Age, n'oubliez pas de ne pas être attaché aux résultats. Mais c'est trop tard. Avec toutes ces pensées, ces croyances et ces attentes, nous sommes devenus très attachés. Et lorsque la réalité souhaitée ne se présente pas - comme c'est très souvent le cas - nous pouvons nous sentir amers, coupables, ridicules. Sans parler d'un peu fou pour nous entraîner dans la dissonance cognitive de "croire" en des choses qui n'existent pas. Je me suis retrouvé pris dans ce piège plus d'une fois et j'ai eu le sentiment que non seulement mes principes spirituels m'avaient échoué, mais que j'avais moi-même échoué.

Mais ce qui me dérange vraiment, c'est comment me sentirais-je si et quand un vrai désastre se produisait ? S'il m'arrivait d'avoir un cancer, ou si j'avais un accident de voiture où quelqu'un que j'aimais était gravement blessé, je serais plongé dans une angoisse terrible, me demandant si j'avais en quelque sorte "créé" un tel événement avec mes propres pensées.

La majorité des enseignants de la manifestation insisteraient sur le fait que oui, j'ai créé un tel événement, et l'ai probablement même planifié

quelque temps avant de m'incarner dans cette vie comme un moyen d'apprendre une leçon particulière. Les autres personnes impliquées dans mes événements ont également soit accepté au préalable de participer, soit convenu à un niveau « télépathique » au fur et à mesure que cela se passait.

Ainsi, on dit parfois qu'une victime de meurtre a "accepté" d'être assassinée, qu'un enfant maltraité a "accepté" l'abus et que six millions de Juifs ont "accepté" d'entrer dans les fours à Camps de concentration nazis, le tout pour la précieuse opportunité d'apprentissage.

Je suis d'avis, cependant, que le véritable apprentissage n'est pas un exercice préétabli, mais une connexion spontanée entre la cause et l'effet. Si un meurtre se produit à cause d'une décision inconnue prise il y a des années, alors la cause et l'effet ne se déroulent pas de manière organique, en ce moment, comme nous le savons. Et, si le meurtre a été convenu à l'avance, alors cet accord était clairement la "cause" du meurtre, et la seule chose à apprendre est qu'il ne faut pas faire d'accords aussi ridicules en premier lieu.

Heureusement, la plupart des expériences, même les plus négatives, s'avèrent instructives. Ce n'est peut-être qu'en faisant un détour par la manie de la manifestation que nous pourrons mieux comprendre les capacités de création d'illusions de l'ego. Et ce n'est peut-être qu'en creusant dans les profondeurs perfides de nos désirs que nous découvrirons le désir de comprendre la réalité telle qu'elle est, plutôt que telle que nous souhaitons qu'elle soit.

Matérialisme spirituel

L'idée que nous créons littéralement notre propre réalité , a déclaré Ken Wilber, est une "interprétation disgracieuse" des prémisses idéalistes de base. Il a ensuite souligné l'évidence : seuls les psychotiques croient qu'ils peuvent créer leur propre réalité.

En effet, quel que soit le nombre de sauts périlleux mentaux qu'on nous conseille d'effectuer, toute expérience empirique et rationnelle nous montre que croire n'y fait rien. La femme démunie de l'hôpital psychiatrique qui croit avec ferveur et sincérité qu'elle est millionnaire ne verra pas soudainement son compte en banque déborder. Le meurtrier reconnu coupable qui siège en prison et remercie Dieu d'avance pour sa

libération ne verra probablement pas les portes s'ouvrir pour lui, quelle que soit la grandeur de sa foi.

Il est peut-être injuste de s'attendre à ce que la loi créative fonctionne pour les criminels et les malades mentaux, mais qu'en est-il des enfants ? Les enfants, plus que quiconque, ont une foi totale dans la magie et n'ont qu'une vague connaissance des limites, il devrait donc s'ensuivre que les enfants seraient les créateurs les plus accomplis de la réalité. Mais, dans les faits, les enfants s'avèrent les plus impuissants face à leur sort.

L'enseignant tibétain Chogyam Trunpa avertit que toute interprétation des principes spirituels qui prétend satisfaire les désirs de l'ego est un exemple de "matérialisme spirituel".

Dans cette maladie courante, l'ego s'insinue comme notre conseiller spirituel et plie les principes spirituels à sa volonté. Le matérialisme spirituel, ajoute Trungpa, nous chuchote avec une telle sincérité, une telle justification rationnelle, que nous nous méfions rarement de ce que l'ego est en train de faire.

Nous, les Européens et Américains, nés avec un sens infâme du droit, sommes particulièrement enclins au matérialisme spirituel. En effet, l'interprétation typique de la manifestation de l'esprit en tant que matière semble être unique aux sociétés privilégiées comme la nôtre.

L'idéalisme authentique ne nous encourage pas à rechercher la richesse ; au lieu de cela, il nous demande d'abandonner l'ancien paradigme, les anciens systèmes de valeurs et ses validations externes telles que l'argent et le statut.

L'idéalisme nous dit que le pouvoir sur sa vie n'est pas la capacité d'évoquer de l'or, car si l'or est perdu, le pouvoir l'est aussi. Le pouvoir sur sa vie est la capacité de penser librement, d'agir librement et d'aimer librement, quoi qu'il arrive. Et la responsabilité de sa vie ne vient pas de la création de circonstances particulières, mais de la capacité de choisir comment nous réagissons aux circonstances.

Aujourd'hui, chaque fois que je vois un autre livre sur la création de votre propre réalité qui donne envie à mon ego de l'acheter et de l'essayer, je m'arrête et je me demande : Est-ce que le Bouddha ou toute autre personne éclairée s'assiérait pour dire des affirmations pour une plus grande prospérité ? Je crois que non. Une âme éclairée est complètement

autosuffisante et n'a besoin de rien d'autre que de l'expérience ici et maintenant.

Esse est percipi

Alors qu'en est-il de la notion idéaliste selon laquelle la mental (l'esprit) crée la réalité ? Si l'on ne peut pas exercer un contrôle conscient sur le processus avec ses pensées, ce principe est-il toujours valable ? Et si nous n'avons pas le contrôle, alors comment pouvons-nous encore être considérés comme responsables de ce qui nous arrive ?

Dans l'idéalisme occidental, le mental (l'esprit) en tant que matière signifie que le mental (l'esprit), par l'acte de perception, dicte la façon dont la réalité nous apparaît. Quelle réalité pourrait être en dehors de notre perception de celle-ci, nous ne pouvons pas le savoir. Comme le disait le philosophe du XVIIIe siècle George Berkeley, « esse est percipi, » être, c'est être perçu. Ainsi, l'esprit crée la réalité. Ou pour être plus précis, la perception crée le regard, le son et la sensation de la réalité.

À première vue, il semblerait que nous n'ayons pas le choix de la façon dont nous percevons le monde. Le ciel est bleu, peu importe le nombre d'yeux différents qui le regardent, et c'est un fait. Pourtant, à mesure que nous entrons dans le domaine plus complexe de l'expérience humaine, nous constatons que les «faits» commencent à glisser partout.

Bien que nous puissions voir les mêmes choses, nous les vivons chacun à notre manière. Notre ego façonne notre expérience du monde - en sélectionnant les informations sensorielles à mettre au premier plan de l'esprit conscient et celles à ignorer. Cela signifie que nous percevons les choses non pas telles qu'elles sont réellement, mais telles que nous sommes. Le monde extérieur est toujours le reflet de la réalité intérieure. Nous prenons tout ce que nous rencontrons et le remplissons dans nos idées préconçues comme un ensemble de peinture par numéros, et voyons ainsi en grande partie ce que nous nous attendons à voir.

La réalité est donc un phénomène personnel, auquel le mental (l'esprit) contribue autant par ses formes de moulage que le monde extérieur. Et c'est cette réalité auto-créée dans laquelle nous opérons, et sur laquelle nous basons nos décisions et choisissons nos actions.

Par exemple, si je crois que les êtres humains sont essentiellement égoïstes, alors quand je regarderai le monde, je verrai de nombreuses preuves de personnes égoïstes. Je pourrais percevoir le conducteur qui a

changé de voie devant moi comme m'interrompant brutalement. Je pourrais percevoir la femme qui demande une aide sociale comme recherchant une aumône gratuite. L'ego forme un « cadre » préconçu à travers lequel nous voyons tous les événements. Tout ce qui se passe contrairement à mes idées préconçues sera réinterprété ou ignoré.

L'ego, cependant, n'est pas une entité solide. Avec un peu de travail, ça peut être changé. Nous le changeons en changeant nos pensées et nos croyances, en changeant nos cartes de la réalité.

Lorsque nous redirigeons nos attentes et transformons nos idées préconçues, nous « recadrons » automatiquement la réalité. Nous changeons son apparence et ce qu'il devient pour nous. Plus important encore, en changeant nos croyances, nous changeons nos actions, et c'est par nos actions que nous prenons la réalité en main, pour ainsi dire, et que nous la modelons à nouveau.

En changeant nos pensées, nous changeons littéralement notre monde. Et bien que cela puisse se produire d'une manière plus pratique que ne le suggèrent parfois les gourous (enseignants) de la manifestation, cela se produit, du moins selon l'interprétation de l'idéalisme avancée par les philosophes occidentaux.

Du point de vue oriental, cependant, cette interprétation est incomplète.

Créer la réalité

Dans l'idéalisme oriental, l'esprit en tant que matière est bien plus que le moulage des apparences. En Orient, l'esprit en tant que matière est interprété comme signifiant que la matière elle-même est une image mentale, imaginée dans l'esprit de Dieu (le Suprême). Et chacun de nous, comme un avec Dieu, rêve le rêve avec Dieu. On pourrait même dire que le rêve serait impossible sans nous, car nous le faisons exister par notre conscience.

Si nous nous sentons simplement des observateurs passifs de ce processus, responsables uniquement de ce que nous faisons et non de ce qui nous arrive, nous nous trompons. Comme l'explique Alan Watts, les humains ne sont pas des organismes autonomes. Chacun de nous est inextricablement lié à son environnement, ne faisant qu'un avec le tout. Nous sommes chacun, disait-il, un organisme-environnement, un « do-happening ».

Tout est Un et si nous prétendons que nous ne sommes pas responsables de la moitié « qui se passe » de l'équation, alors nous jouons avec nous-mêmes un jeu connu sous le nom hindou d'avidya, ou ignorance.

« Fondamentalement, poursuit Watts, la place dans la vie où vous vous trouvez est celle où vous vous êtes mis. Chacun est à sa vraie place. Quelle que soit la langue dans laquelle vous le prononcez, tout le monde est une manifestation du divin, jouant à ce jeu et à ce jeu-là. Le fait que vous ne le sachiez pas, si vous ne le savez pas, fait partie du jeu… Tout se passe parce que vous le faites. Nous le « faisons » chacun.

Nous rêvons chacun le rêve, nous créons chacun l'univers à travers notre conscience. (Cette ancienne idée hindoue a trouvé un soutien dans les endroits les plus improbables : la physique moderne. Voir « Mind Into Matter.. » (Le Mental dans la Matière.)

Bien sûr, peu d'entre nous sont conscients de notre implication créatrice dans l'univers, car elle existe bien en dessous des ondulations bruyantes de la pensée qui écument à la surface de notre conscience quotidienne. Et c'est ainsi que cela doit être. Essayer de traîner une telle création dans le monde conscient serait comme essayer de rêver tout en étant éveillé. C'est une contradiction dans les termes.

Comme dans le rêve, nous créons la réalité non pas en contrôlant ce qui se passe, mais en observant ce qui se passe, en permettant ce qui se passe, en expérimentant ce qui se passe, en ressentant ce qui se passe. Dès que nous essayons de diriger le rêve ou d'exercer un contrôle, nous nous réveillons et le rêve se termine.

Nos rêves se déroulent au-delà de nos choix. Et pourtant nous sommes, sans aucun doute, toujours les « créateurs » du rêve, toujours ceux qui font le rêve, et donc toujours responsables de l'existence du rêve. Un manque de contrôle ne signifie pas un manque de responsabilité.

De la même manière, chacun de nous crée l'univers à travers notre mental (esprit), à travers notre part de conscience. Et chaque réalité auto-créée se reflète dans l'ensemble. En effet, c'est ainsi que le tout est créé de manière transparente, ma réalité, reflétant la vôtre, reflétant la sienne, reflétant la sienne, et ainsi de suite, chacun de nous rêvant que le monde existe. Tout se passe parce que nous le faisons tous.

Le Nouvel Âge (notre époque) nous met ainsi au défi d'assumer la responsabilité de tout cela. Le nouvel Age et ses tendances, avec ses

nombreuses interprétations du mental en tant que matière, nous demande d'examiner notre propre rencontre avec la réalité, d'observer comment les croyances que nous avons dans notre esprit prennent vie sous nos yeux. Cela nous met au défi d'assumer notre rôle de co-créateurs de l'univers et de créer une réalité qui est un environnement accueillant et solidaire pour tous.

L'énigme du Soi

Il y a des moments où mes yeux croisent un miroir au passage, et je ne me reconnais pas tout de suite. Avec une secousse retardée, je réalise que l'étranger dans le miroir, c'est moi. Il ne semble pas possible que l'homme qui regarde en arrière si vide puisse être le même tourbillon émotionnel d'une personne que je me sens être. Dans ces moment-là, j'ai l'impression inquiétante d'être deux personnes - le moi bruyant, courant avec trop de choses à faire, et le moi plus silencieux, qui regarde effrayé dans le miroir.

Il y a une relation difficile, parfois même hostile, entre ces deux moitiés de moi-même. La femme dans le miroir n'est tout simplement pas ce que je veux qu'elle soit. Elle n'est pas assez mince, pas assez gentille, pas assez sûre d'elle, pas assez disciplinée. J'ai décidé il y a longtemps que c'était elle qui me retenait, m'empêchant d'être heureux, alors je la critique et la harcèle pour qu'elle s'améliore.

Il y a un peu de réconfort à savoir que la plupart d'entre nous ressentent quelque chose de similaire, cette division de soi, avec un côté en guerre avec l'autre. Beaucoup d'entre nous ont passé une grande partie de leur vie, et beaucoup de leur argent, à essayer de contrôler la personne contraire dans le miroir.

Pourtant, à un moment donné, nous en avons assez de la bataille. À un moment donné, plus encore que nous aspirons à l'amélioration, nous aspirons à la paix. Nous aspirons à combler le fossé entre nous deux et à devenir une seule personne. Nous aspirons à trouver cette personne, à découvrir qui nous sommes vraiment.

Me chercher

Le désir de « se trouver » est apparemment un phénomène moderne. Avant l'essor de la science, la plupart des gens acceptaient ce que les religions et les mythes locaux déclaraient qu'ils étaient.

Dans l'Occident chrétien, cela signifiait que chaque homme, femme et enfant était un pécheur, et tout intérêt pour soi autre que la question de son salut était une vanité inconvenante. Pendant ce temps, tout sentiment de conflit intérieur était mis à la porte du diable, et on ne pouvait qu'espérer que Dieu sur son trône entendrait ses prières et serait poussé à accorder la paix.

Puis vinrent Galilée et Newton et la science non sentimentale et soudain, qui nous sommes est devenu un point d'interrogation. Alors que la science aspirait nos âmes d'un côté, la religion s'en tenait inutilement à ses déclarations archaïques de l'autre, et beaucoup d'entre nous se sont retrouvés à patauger au milieu.

Au tournant du 20e siècle, être un soi humain était devenu une sorte de « problème ». Dans un effort pour aider à résoudre le problème, la science a développé une nouvelle branche, appelée psychologie. Pourtant, malgré ses nombreux succès dans le traitement des divers pépins produits par la rencontre de l'esprit et de la vie, il n'a pas été en mesure de satisfaire le point d'interrogation de qui nous sommes.

En effet, un nombre croissant de personnes, même après avoir grandi sur un banc d'église ou passé des années sur le canapé d'un psychiatre, se cherchent encore.

Connais-toi toi-même

Aujourd'hui, la recherche de soi-même est souvent ridiculisée comme une entreprise égocentrique et narcissique, le sous-produit d'une société riche faite de citoyens ayant trop de temps libre. Mais l'effort pour se trouver est un effort philosophique légitime.

En effet, « se connaître soi-même » a longtemps été considéré comme le fondement de la sagesse, car le soi est la porte par laquelle s'écoule toute expérience de la réalité. Comprendre qui nous sommes est la clé pour comprendre tout le reste.

C'est pourquoi le Nouvel Âge nous encourage activement dans cette tâche vitale, et offre une variété d'outils de découverte de soi pour nous aider. Je peux aller à la librairie et trouver n'importe quel nombre de livres d'auto-assistance basés sur la métaphysique par n'importe quel nombre de gourous et de chamans qui m'aideront à identifier ce que je recherche.

Pendant ce temps, dans mon répertoire local « Ma vie entière », je peux trouver de l'aide pour m'intégrer dans une personne entière auprès d'hypno thérapeutes, de psychologues transpersonnels, de conseillers spirituels, des sportifs, de conseillers intuitifs, et des maîtres de méditation, entre bien autres.

Beaucoup de ces enseignants et guérisseurs commencent par nous ramener vers le miroir. Ils nous demandent d'examiner la voix qui me gronde avec tant d'acharnement. D'où vient cette voix ? Pourquoi est-ce que je le sens en quelque sorte un homme séparé de moi ? Au juste, qui, demande le Nouvel Age, est-ce que je pense que je suis ?

Je pense donc je suis

Lorsque j'essaie de mettre le doigt sur qui je suis exactement, je me retrouve à trier une liste de mots que j'utilise pour me décrire. Je suis un homme, une femme, je suis écrivain, je suis un père, une mère, un Belge, un démocrate, un blonde, un amoureux des livres, etc.

Mais en lisant ma liste, je me rends compte que la plupart de ces choses sont facilement modifiables. Je peux changer ma carrière, mon parti politique, mon lieu de résidence, la couleur de mes cheveux, ou n'importe quoi d'autre à mon sujet, et je serais toujours moi-même.

La science, bien sûr, pourrait cartographier mon ADN et me donner une impression du code génétique de mon corps, qui n'est pas modifiable, mais ce serait une simple identification, comme le nom ou le numéro de sécurité sociale qui sont les miens seuls. Cela ne me dirait rien sur qui je suis vraiment.

Pour découvrir le « qui », je dois aller plus loin que les adjectifs et autres classifications et demander, qui est cette personne qui écrit ? Qui est-ce qui materne mes enfants ? Qui est-ce qui pose ces questions et pense ces pensées ?

Et ainsi nous arrivons aux pensées. Mes pensées semblent intimement liées à qui je suis. Et pourtant, mes pensées vont et viennent si vite. Certains thèmes communs se répètent, bien sûr, mais mes pensées peuvent changer entièrement, partir dans de nouvelles directions, et je serais toujours moi-même. Évidemment, je ne peux pas vraiment faire reposer mon estime de soi sur le contenu de ma pensée.

Pourtant, si je regarde plus profondément, regarde à travers l'ondulation bruyante de la pensée - oui, là. Là, sous la rivière toujours changeante de mes pensées, je trouve un sens stable de la conscience de ces pensées. Si rien d'autre, je suis un être conscient de sa pensée. Ou, selon les mots du grand philosophe René Descartes, « cogito ergo sum, » je pense, donc je suis.

Mais suis-je spécial ?

Dès que nous localisons le siège du moi dans notre conscience, nous pouvons être consternés de réaliser que la conscience qui est moi est aussi ce que tout le monde est. Chaque et toujours l'un de nous est un être conscient de sa pensée, et si je ne peux pas utiliser une liste d'adjectifs pour me décrire, alors en quoi suis-je unique ?

Malgré mes efforts sérieux, je ne peux penser à rien qui me rende essentiellement différent des autres, du moins pas en ce moment particulier. Mais attendez - si je rassemble tous mes moments ensemble, je peux identifier un modèle qui est unique.

" Selon la convention ", écrit Alan Watts, " je ne suis pas simplement ce que je fais maintenant. Je suis aussi ce que j'ai fait, et ma version conventionnellement éditée de mon passé est faite pour ressembler presque plus au vrai " moi " qu'à ce que Je suis en ce moment. Car ce que je suis semble si éphémère et intangible, mais ce que j'étais est fixe et définitif."

La mémoire nous donne une image de nous-mêmes basée sur nos forces et nos faiblesses dont nous nous souvenons, nos goûts et nos dégoûts dont nous nous souvenons, nos compétences et nos talents dont nous nous souvenons. La mémoire donne à nos moments successifs de conscience l'image de l'unité, et c'est cette image qui forme le moi d'un être humain.

Le Soi, rencontre de l'ego

Il semblerait que nous soyons arrivés à la source de soi dans l'ego, une image basée sur la mémoire qui représente qui nous sommes. Mais si nous regardons attentivement, nous découvrons que cette image n'est pas réelle. Un souvenir du passé n'est rien d'autre qu'une pensée que nous avons maintenant. Chaque fois que nous nous souvenons de quelque chose qui s'est passé dans le passé, nous nous en souvenons dans le présent.

En fin de compte, même la mémoire nous ramène à ce moment particulier. L'ego que nous pensons être fermement ancré dans le passé est en réalité une illusion du présent.

Alan Watts le décrit encore mieux lorsqu'il dit : « L'image que vous avez de vous-même est une institution sociale de la même manière que c'est une institution sociale pour diviser la journée en vingt-quatre heures, ou pour tracer des lignes de latitude et de longitude qui sont purement imaginaire sur la surface de la terre. C'est très utile, mais il n'y a pas de lignes réelles. Elles sont imaginaires. L'ego est un concept imaginaire qui n'est pas l'organisme.

Cela ne veut pas dire que l'ego est un sous-produit accidentel, ou en quelque sorte inutile. L'ego remplit une fonction vitale en nous rendant le monde physique accessible. Comme l'a observé Campbell, chacun de nous a besoin « d'une personnalité profondément marquée à travers laquelle il se fait connaître non moins à lui-même qu'aux autres ». L'ego est une construction nécessaire, non seulement comme escorte dans le monde, mais comme miroir de soi.

Je pense parfois que l'ego doit fonctionner comme notre atmosphère, qui nous presse contre la terre. Sans atmosphère, nous dégringolerions dans l'espace et nous nous retrouverions à nous dissoudre dans le vide.

De la même manière, l'ego nous permet de sortir de l'Absolu d'où découle notre existence. Sans le sentiment de séparation fourni par l'ego, le monde et toutes ses divisions n'auraient aucun sens pour nous, et nous serions incapables d'en tirer des leçons.

Voir à travers l'illusion

L'ego est généralement blâmé pour tous nos problèmes. Les religions orientales ont longtemps enseigné que l'ego d'un homme est une partie de lui qui le maintien inutilement séparé de Dieu. La partie de nous qui hait et juge est de l'ego pur. La partie de nous qui s'accroche et craint est l'ego. La partie de nous qui est menacée par les opinions des autres est l'ego.

Mais nos problèmes ne viennent pas du fait d'avoir un ego ; elles proviennent plutôt de notre identification avec l'ego. Au lieu de le reconnaître comme notre personnalité, ou ce que Jung appelle un masque ou un « faux visage », nous le considérons comme notre vrai visage. Nous

sautons dans la peau de ce faux moi qui semble solide et, ce faisant, nous nous séparons de qui nous sommes en ce moment. Nous nous sommes littéralement coupés en deux.

C'est naturellement une condition douloureuse, et donc nous commençons à lutter avec nous-mêmes, essayons de nous réparer. Mais c'est une tâche sans espoir. Comme Watts a formulé le problème :

Comment diable allez-vous vous attaquer à vous-même, faire quelque chose sur vous-même… ? En d'autres termes, si vous sentez que vous avez besoin d'apporter une sorte d'amélioration psychologique ou spirituelle, vous êtes évidemment le personnage qui devra y parvenir. Mais si vous êtes celui qui a besoin d'être amélioré, comment allez-vous accomplir l'amélioration ? Vous êtes dans la situation difficile d'essayer de vous soulever du sol en tirant sur vos propres boots raps, et vous êtes susceptible d'atterrir avec un coup sur votre fanny et de finir plus bas que vous ne l'étiez en premier lieu.

Le seul moyen de sortir de notre « situation difficile » est d'arrêter de s'identifier à l'ego, d'apprendre à comprendre son irréalité fondamentale. Oui, l'ego continuera à nous accompagner, bruyant comme jamais. Il continuera à fulminer contre nous dans le miroir.

Mais si nous refusons de nous identifier à lui, refusons de le prendre au sérieux, alors la voix de l'ego peut devenir exactement ce qu'elle est : le bruit de fond de l'être humain.

Lorsque nous commençons à comprendre que le soi ne se trouve pas dans l'ego, mais dans l'âme, nous passons à travers le miroir dans un monde magique où tout est exactement pareil mais complètement différent.

L'identité de l'ego qui semblait autrefois si solide devient une illusion vacillante on, et le passé sur lequel nous avons fondé cette identité devient aussi insubstantielle qu'un rêve. Pendant ce temps, le moment présent qui était autrefois si éphémère s'ouvre sur une éternité et nous amène en présence de notre vrai moi - l'âme.

Localiser l'âme

Sous le fleuve bruyant de la pensée de l'ego, il y a toujours la conscience. Cette conscience, que nous connaissons aussi sous le nom d'« âme », est l'énergie élémentaire au cœur de chaque individu. L'âme ne nous

appartient pas, nous lui appartenons. Il ne fait pas partie de nous, nous en faisons partie. C'est pourquoi il est notoirement difficile à localiser.

Comme l'écrit James Carse, "Quand je cherche l'innommable en moi, je ne sais pas quoi chercher. Mais alors, je ne pouvais pas le voir de toute façon, ce n'est pas à voir, car il est indiscernable de l'acte de voir. Ou comme saint François d'Assise l'a dit : « Qui cherche est qui cherche.

L'âme est comme l'œil qui ne peut pas se voir, ou la main qui ne peut pas se saisir. Ce n'est pas un objet descriptible, pas une chose qui agit. L'âme n'est pas du tout une chose, c'est un moment, un simple moment d'être conscient.

Cela peut sembler une substance trop petite sur laquelle fonder un moi entier, surtout par rapport aux couches denses de l'ego. Comment ce seul moment de conscience peut-il être tout ce qu'il y a ?

Parce que la conscience est un moyen de grande énergie et de puissance, Campbell a comparé l'énergie de l'âme à l'énergie électrique et le corps à l'ampoule qui transforme l'énergie en lumière visible. L'ampoule peut griller, nous pouvons la changer plusieurs fois, mais le courant d'énergie existe toujours et est toujours connecté à sa source.

Fréquence de l'âme

Comparer l'énergie de l'âme à l'énergie de l'électricité peut être utile, mais encore une fois, nous constatons que le courant électrique est à peu près le même, quel que soit le nombre d'ampoules différentes qu'il allume. Et les êtres qui sont conscients en ce moment sont essentiellement les mêmes que tous les autres êtres, peu importe à quel point les ego qui les accompagnent sont différents.

C'est la base du concept bouddhiste d'anatta, ou non-âme, qui dit que l'âme n'est pas individuelle ou séparée de la force vitale unique, et qu'elle ne perdure donc pas après la mort.

En fin de compte, disent les bouddhistes, il n'y a pas de voyant, il n'y a que voir. Il n'y a pas de connaisseur, il n'y a que le savoir. Il n'y a pas d'être particulier du tout, seulement l'être lui-même, la conscience d'être qui s'accumule en un individu pour la durée de sa vie. La séparation entre sujet et objet, ou entre une âme et une autre, est une illusion.

Nous, Occidentaux, ne pouvons pas concevoir un soi indistinct de tous les autres. Notre définition même de soi est basée sur le soi en tant qu'individu. L'idée de l'absence d'âme nous paraît épouvantable ou ridicule, et est rapidement écartée. En effet, je crois que l'un des principaux attraits du christianisme est sa dévotion à l'ego individuel. Le christianisme insiste sur le fait que chaque personne garde la même identité pour toujours et critique toute philosophie qui semble menacer l'individualité.

Pourtant, ce n'est pas parce que l'âme n'est pas individuelle et séparée qu'elle n'est pas unique. Si nous comprenons l'âme comme un courant d'énergie, nous pouvons facilement voir que dans un champ électromagnétique, l'énergie est exprimée en ondes et peut être mesurée dans la fréquence de ces ondes. Un nombre infini de fréquences peuvent transporter exactement la même énergie ; il n'y a pas de séparation d'énergie, et pourtant chaque fréquence est unique.

C'est pourquoi, dans le New Age, on entend souvent le terme « fréquence vibratoire » pour décrire une âme particulière. Bien que nous soyons chacun constitués de la même énergie universelle, chaque âme est censée générer sa propre fréquence unique et constante, donnant à notre conscience particulière une continuité et nous permettant de maintenir l'illusion que nous sommes des individus séparés. Pourtant, comme le comprennent les bouddhistes, il n'y a pas d'âme individuelle. Nous sommes différentes expressions, ou vibrations, d'une même âme divine. Nous sommes tous Dieu déguisé.

Cela signifie-t-il qu'après la mort et la perte de l'ego, nous sommes réabsorbés en Dieu, destinés à l'oubli ? Non, dit Alan Watts. Parce que nous n'avons jamais été vraiment séparés de Dieu en premier lieu, nous ne pouvons pas en quelque sorte disparaître en Dieu.

Campbell élabore davantage lorsqu'il dit : « Si le moi participe au pouvoir de l'être-soi, il se récupère lui-même. L'âme n'est pas absorbée - nous nous souvenons simplement de ce que nous sommes et avons toujours été, un aspect éternel de Dieu.

Nouveau moi, nouveau monde

Le Nouvel Age considère que cette nouvelle compréhension de nous-mêmes est vitale pour notre avenir, car lorsque notre conception de nous-mêmes change, alors tout change. Si nous nous voyons, et les uns les

autres, non pas comme des pécheurs basés sur l'ego qui doivent être contrôlés, mais comme des âmes divines dignes de confiance et de respect, alors nous agirons en conséquence. Nos relations, nos valeurs, notre politique, notre philosophie de l'éducation, notre système de droit et de justice - tout cela reflétera un changement profond et positif.

Personnellement, les changements seraient

immédiat. Un soi compris comme âme n'est plus divisé à l'intérieur et n'est plus sous le contrôle de l'ego et de ses caprices. À tout moment, nous avons le choix entre nous identifier au drame de l'ego ou nous identifier au moment présent beaucoup plus simple, et la douleur intérieure n'est plus un fardeau que nous devons porter.

Mais certainement les changements les plus spectaculaires et les plus profonds permis par cette compréhension de soi se situeraient dans l'arène sociale. Si nous pouvions apprendre à discerner la fréquence divine qui vibre chez l'autre, nous ne nous sentirions plus aussi facilement menacés par les autres. Ceux qui inspiraient notre peur pourraient plutôt inspirer notre compassion. Et plutôt que d'éprouver le besoin de punir les autres, nous éprouverions le besoin de les aider, de prendre soin d'eux, de les éduquer. Plutôt que de dépenser toutes nos ressources pour nous protéger, nous nous sentirions obligés d'investir certaines de nos ressources dans d'autres. Nous serons habilités à aider nos semblables à devenir tout ce qu'ils ont profondément besoin de devenir.

Karma et Destin

La vie montre une tendance déconcertante à changer de direction en se fondant uniquement sur le hasard ou sur un caprice égaré. Si je n'étais pas allé manger une pizza un jeudi soir, je n'aurais pas rencontré le père de ma fille. Si je n'avais pas scanné les petites annonces un mardi en particulier, je n'aurais pas postulé pour le poste où j'ai rencontré mon meilleur ami.

Quand on mesure l'impact de tels événements fortuits, il est difficile de croire qu'ils se sont produits par simple hasard. Sûrement, tout moment qui change la vie doit être arrangé par le destin, ou était « censé l'être ». En effet, la plupart de l’Age du Verseaux (Nouvel Age) insistent sur le fait qu'il n'y a pas de coïncidence, pas d'accident. Mais si oui, cela signifie-t-il que tout, les clés perdues aux envies de pizza, est censé être ?

D'un côté, la vie semble tomber tout droit de ce moment, sans rime ni raison ; d'un autre côté, il semble que de plus grandes « forces » soient toujours à l'œuvre dans tout ce que nous faisons.

Peut-être que nous le voyons dans les deux sens parce que nous le voulons dans les deux sens. Nous voulons la liberté qui met nos vies entre nos mains, mais nous voulons aussi savoir que l'univers a un but spécial en tête pour nous. Nous voulons le pouvoir de changer nos vies en fonction de nos choix, mais nous voulons aussi le modèle qui nous indique où nous avons été et où nous sommes censés aller. Nous voulons à la fois la liberté et le destin, mais comment est-il possible d'avoir les deux ?

"Voyez comment le destin glisse vers la liberté et la liberté vers le destin", a écrit Emerson. "Ce nœud de la nature est si bien noué que personne n'a jamais été assez rusé pour en trouver les deux bouts." Dans le Nouvel Age, nous constatons que nous ne pouvons pas laisser le nœud seul. Nous, le casse-tête, le retournons, le poussons, en arrière ou en avant. Nous voulons savoir exactement quelle extrémité est laquelle afin de pouvoir trouver notre équilibre sur sa surface de glissement. Pour obtenir de l'aide, nous nous tournons vers l'Est et l'élégante loi de l'équilibre appelée karma.

La loi de l'équilibre

Au cours des quatre cents dernières années, la science est parvenue à une compréhension remarquable du fonctionnement de l'univers. Un cortège d'esprits brillants a étudié la vie dans ses moindres détails, et ils ont conclu à l'unanimité que l'univers est lié par un certain nombre de "lois" irréfutables.

Une telle loi dans le domaine de la matière est la loi du mouvement, découverte par Newton, qui dit que pour chaque action il y a une réaction égale et opposée. Une loi similaire, qui s'applique au domaine de l'énergie, est la première loi de la thermodynamique, ou la conservation de l'énergie. Cette loi dit que toute l'énergie de l'univers reste à un niveau constant et qu'une perte dans un domaine est compensée par un gain dans un autre.

Nous avons confiance en ces lois parce que des personnes extrêmement intelligentes leur ont assigné des formules mathématiquement exactes et les ont vérifiées par des expériences empiriques. Mais qu'en est-il de ces niveaux d'existence tels que la conscience dans lesquels la formulation empirique n'est pas possible ? Si, comme le prétend la physique, nos lois d'équilibrage sont universelles et applicables à toutes les parties de l'univers, ne s'ensuivrait-il pas que les lois d'équilibrage doivent également opérer au niveau de la conscience invisible ?

D'où la loi du karma, découverte par les Hindous, qui dit que même dans le domaine de l'invisible, la cause est inévitablement suivie par l'effet.

Le karma est une structure universelle, comme la structure du temps, intégrée à la conscience elle-même. Descartes et Liebniz ont décrit la causalité comme une idée "innée" dans l'esprit, tandis qu'Emmanuel Kant l'a appelée a priori, ou antérieure et nécessaire à toute expérience consciente.

Sans la structure mentale innée du karma pour relier la cause et l'effet, nous ne serions pas en mesure d'organiser le flux d'impressions sensorielles qui inondent l'esprit. Sans karma, nous ne pourrions littéralement pas comprendre notre expérience.

En fait, sans karma, il n'y aurait aucun moyen pour la vie d'évoluer vers la conscience. Sans la capacité de relier la cause et l'effet, il n'y aurait aucune base sur laquelle un organisme pourrait faire des choix différents dans ses comportements, aucune impulsion pour l'adaptation ou la mutation à un niveau supérieur. Comme le Bouddha l'a demandé à son cousin, "Si, Ananda, il y avait pas de maturation karmique dans la sphère des sens, y aurait-il une existence dans la sphère des sens ? » Son cousin, bien sûr, a répondu: "Sûrement pas, ô seigneur."

Dans le bouddhisme, le karma n'est donc pas seulement une partie de la maya, l'illusion de la réalité matérielle produite par la conscience, il maintient également la maya comme les lois physiques la maintiennent ensemble. Le karma, disent les bouddhistes, est la matrice d'où nous sortons, le véritable créateur du monde et de nous-mêmes en tant qu'expérimentateurs du monde. (Voir Naissance de la Liberté)

Blâmer le karma

Comprendre le karma comme une caractéristique construite dans la conscience n'est probablement pas la définition la plus familière. Dans l'imaginaire populaire, le karma est une petite loi sale, à égalité avec un comptable au cœur dur qui met impitoyablement des marques rouges sur nos livres de ce que nous "devons" la vie. Une telle loi n'est pas considérée comme une bénédiction, mais comme une malédiction.

Ce point de vue trouve son origine dans l'imaginaire hindou, qui considère le karma comme la force intraitable qui maintient les masses misérables attachées à la roue de la vie. Ce n'est que lorsque le karma est satisfait que nous pouvons être libérés du cycle.

Nous, Occidentaux, sommes assez à l'aise avec cette interprétation, probablement parce qu'elle ressemble tellement à notre concept d'"œil pour œil". En effet, la plupart d'entre nous qui adoptons l'idée du karma s'attendent à ce qu'il fonctionne comme une équation de base élaborée par un comptable cosmique, dans laquelle chaque acte est récompensé ou puni par un acte équivalent.

Beaucoup trouvent cette interprétation très réconfortante. Je connais une femme imperturbable qui attribue tout ce qui se passe dans sa vie à son karma. Peu importe le type de catastrophe qui lui arrive, elle ne le prend pas personnellement. Elle est convaincue que le karma ne lui apporte que ce qu'elle mérite et qu'elle se vengera sans pitié de tous ceux qui lui feront du mal.

Le plus souvent, le karma ne fonctionne pas du tout de manière simple, et nous ne pouvons pas nous empêcher de remarquer que les personnes mauvaises, égoïstes et horribles prospèrent de manière injustifiée tandis que les personnes bonnes, gentilles et merveilleuses souffrent de manière injustifiée.

Ce manque évident d'équilibre dans la loi de l'équilibre est souvent justifié par l'ajout du concept de réincarnation. Nous nous disons que nous avons dû faire quelque chose dans une vie antérieure, ou à un moment antérieur, qui a maintenant cette conséquence particulière.

Mais selon Watts, "Vous n'avez pas besoin de croire en la réincarnation pour comprendre le karma." Karma traduit littéralement signifie action ou faire. Ainsi, lorsqu'un bouddhiste dit: «C'est votre karma», il dit: «C'est

votre action». Le karma est simplement la connaissance que vous êtes "à la fois ce que vous faites et ce qui vous arrive", conclut Watts.

L'énergie que nous dégageons nous est inévitablement restituée, ce qui nous en rend responsables. Le fait que nous ne puissions pas prédire quelle forme cette énergie prendra, ou comment elle se manifestera dans nos vies, est d'ailleurs le but d'un bouddhiste.

S'il est sage de se soucier du fonctionnement du karma dans nos vies, il est tout à fait imprudent d'essayer de s'attendre à ce qu'il fonctionne d'une manière particulière. C'est pourquoi le Bouddha a déclaré que le karma était un "impensable" et a mis en garde contre le fait de le traiter comme un sujet de spéculation. Nous ferions mieux, dit-il, de considérer la vie comme un état d'émergence mutuelle. Ou comme Campbell l'a décrit :

Un grand nombre de choses autour, de tous côtés, causent ce qui se passe comment. Tout, tout le temps, cause tout le reste… personne et rien n'est à blâmer pour quoi que ce soit qui se produise, parce que tout se produit mutuellement. Tout est une chose.

Le karma n'est pas la justice

De toute évidence, le karma n'est pas un système transparent de débits et de crédits. Le comptable du karma ne va tout simplement pas assurer la justice ou réparer les torts. Tout ce que le karma nous apporte est dans l'intérêt de l'équilibre et de l'harmonie et non de la justice.

Bien que nous puissions penser que la justice et l'équilibre sont la même chose, la justice est l'invention sociale des humains, pas de Dieu. Du point de vue de l'infini, il n'y a ni innocent ni coupable, ni juste ni injuste. Il n'y a que le rythme sans fin de l'énergie positive et négative circulant entre le chaos et l'ordre, la séparation et l'union, l'obscurité et la lumière - tout cela cherchant l'équilibre à travers le karma.

Le karma ne décrète pas qu'une personne mérite une punition pour ses crimes, pas plus qu'il n'épargne la douleur à l'innocent. C'est pourquoi nous ne pouvons pas conclure que les circonstances dans lesquelles nous sommes nés, que nous les percevions comme bonnes ou mauvaises, sont le résultat du karma que nous portons d'une vie antérieure.

Bien sûr, certains interprètes de la religion orientale considèrent l'âme comme le dépositaire du karma, qui nous suit soi-disant de vie en vie. Mais le karma est la loi de l'équilibre qui s'applique à la maya, ou réalité

matérielle, tandis que l'âme existe en dehors du temps et de l'espace et en dehors de la causalité. L'« action » ou le « faire » du karma se déroule dans le présent, se déroule dans un état d'émergence mutuelle. Le karma ne peut donc pas contraindre l'âme ; c'est plutôt l'âme qui contraint le karma à son service.

Pourtant, si nous ne pouvons pas blâmer le karma pour tout ce qui arrive, si tout n'est qu'un état d'apparition mutuelle, cela signifie-t-il qu'il n'y a pas de modèle après tout ? Glissons-nous bon gré mal gré sur la pente de la liberté sans destin qui nous enracine ? Tous nos efforts pour découvrir notre destin sont-ils vains ?

Le nœud du destin

Le concept de karma a été prêché pour la première fois aux Américains par la fondatrice colorée de la Société théosophique, Helena Petrovna Blavatsky. Dans son livre, La Doctrine Secrète, Madame Blavatsky écrit, « ceux qui croient au karma doivent croire au destin, que, de la naissance à la mort, chaque homme tisse, fil par fil, autour de lui, comme une araignée fait sa toile. ” Mais Blavatsky s'empresse également d'ajouter que le karma ne conçoit pas notre destin, nous le concevons nous-mêmes avec nos actions.

Le Nouvel Age amplifie ce point de vue et proclame que chacun est l'unique créateur de son destin futur. De nombreux écrivains vont même jusqu'à dépeindre nos âmes attendant dans les coulisses de notre entrée dans le monde, choisissant librement les circonstances de notre naissance ainsi que les détails de la vie que nous mènerons.

Cette idée remonte à la République de Platon, dans laquelle Platon a élaboré avec des détails fantaisistes la scène entre deux vies d'âmes choisissant leur prochaine vie. "La responsabilité incombe à celui qui fait le choix" il a écrit, "les dieux n'en ont pas."

Comme Platon, de nombreux écrivains du Nouvel Âge ont élaboré sur le processus entre les vies avec des détails colorés et ont décrit des pièces faites de murs de lumière et de guides spirituels bienveillants qui nous montrent notre avenir sur des écrans magiques. Mais puisque la plupart d'entre nous ne se souviennent pas de cette expérience de pré-incarnation, nous devons essayer de dénicher notre destinée par d'autres moyens. Et bien sûr, le Nouvel Age est prêt à nous aider avec toute une industrie consacrée à deviner notre destin pour nous. Les médiums, les lecteurs de

cartes de tarot, les numérologues et les astrologues sont prêts à nous prêter leurs talents de visionnaire.

D'où je me tiens, essayer de "voir" dans le futur est fondamentalement une conjecture dénuée de sens si toute existence est un état d'émergence mutuelle. Le destin n'est pas déjà tracé mais se déroule spontanément en fonction de notre karma en constante évolution. On n'avance pas comme sur un fil qui se prolonge dans l'avenir. Au contraire, je comprends le destin comme quelque chose qui se déroule à partir de ce moment précis, revenant continuellement à l'endroit où nous sommes en ce moment, un peu comme un cercle tournant. Le destin, disait Emerson, est « une série de cercles concentriques », éternellement générateurs.

En fin de compte, le destin ne concerne pas vraiment son avenir, il s'agit de son objectif. Le destin porte ce que les Grecs appelaient «telos », notre raison d'être. Et comme nous l'avons appris de l'histoire de notre création, notre raison d'être est d'élargir la conscience de soi de Dieu à travers notre expérience variée.

Le destin n'est donc pas un agenda rempli de rencontres et de choses que nous sommes destinés à faire. C'est simplement notre connaissance innée que nous avons un travail important à faire. Mais ce travail n'est pas prédéterminé. Maintenant, c'est tout ce qu'il y a, et ce que nous sommes aujourd'hui n'est pas le résultat des décisions d'hier, mais des décisions que nous prenons aujourd'hui. Nous nous créons, et notre destin, chaque jour, tout nouveau. Le résultat n'est jamais fixé; tout est risqué à chaque instant, dans chaque choix.

Le destin ne réside pas dans le passé ou le futur mais dans le but, dans le besoin des dieux de se trouver à travers nous.

Comme la plupart de ceux du Nouvel Age, je réfléchis souvent à mon propre destin et j'essaie très fort d'en discerner la forme. J'ai tendance à croire que nous attendons probablement dans les coulisses avant notre naissance, et peut-être même choisissons-nous nos parents et quelques grandes idées à explorer. Mais après cela, je pense que nous retenons notre souffle et sautons dans le temps et l'inconnu qui glisse avec toutes ses certitudes déterminées et ses incertitudes périlleuses. Et je pense que nous luttons puissamment pour apprendre que nous n'avons pas à lutter du tout.

Pendant ce temps, j'imagine les dieux là-haut, nous regardant et nous encourageant. Parfois, je peux presque les entendre rire de nos erreurs et faire pleuvoir les larmes de leur sympathie.

Le problème du mal

Dès que nos enfants sont assez grands pour parler, nous commençons le chant rituel : Ne parlez pas aux étrangers. Comme tous les autres parents de la planète, nous devons trouver comment faire comprendre aux enfants de trois ans qu'il y a des "méchants" qui veulent faire du mal aux enfants. Au moment où nos enfants atteignent quatre ou cinq ans, ils connaissent l'existence du mal. Lorsqu'ils deviendront adultes, ils sauront que le mal existe partout.

Il n'y a aucun moyen d'éviter cette connaissance, surtout pas dans notre monde post-11 septembre. Nous avons tous une conscience accrue maintenant. Nous lisons continuellement sur le mal dans les livres d'histoire et les journaux d'aujourd'hui. Nous le trouvons dans les pays riches et les pays pauvres, les grandes villes et les petites villes, un fléau pour toutes les sociétés aux quatre coins de la terre. Et au moins une fois dans notre vie, nous sommes susceptibles d'être touchés par le mal pouvoir destructeur en tant que victimes d'abus, de crime ou de guerre.

Le mal nous met au défi non seulement de créer un monde sûr dans lequel élever des enfants, mais aussi de créer des vies pleines de sens pour nous-mêmes. Cela nous oblige à nous débattre quotidiennement avec des questions sur la façon dont nous pouvons éventuellement accepter - et encore moins vivre en paix à l'intérieur - une existence qui secoue de telles horreurs.

Jusqu'à présent, l'approche occidentale de ces questions angoissantes a été d'insérer autant de distance que possible entre le mal et nous-mêmes. Avec nos religions, nous avons créé des démons impies sur lesquels jeter le blâme pour les actes sombres, et une multitude de prières et de rituels pour les tenir à distance. Grâce à nos sciences, nous avons découvert des troubles mentaux et des maladies mentales et inventé des médicaments, des traitements et des hôpitaux pour les tenir à distance. Et avec nos gouvernements, nous avons construit prison après prison pour enfermer ceux d'entre nous qui semblent sensibles au mal et les garder hors de vue.

Nous avons fait tout ce qui était humainement possible pour repousser le mal, s'en débarrasser, le bannir. Et pourtant, il reste avec nous encore.

Ne vois pas de mal

Le problème du mal est un défi particulièrement épineux pour le New Age. Puisque nous avons déclaré haut et fort que "Tout est Un", nous ne pouvons absolument pas renier le mal. Nous n'avons pas d'autre choix que de reconnaître le mal comme faisant partie de l'Esprit, faisant partie de Dieu, une obscurité qui se cache sous la lumière.

Cette position peut être difficile à tenir. En effet, c'est l'affirmation « le mal est une illusion » qui attire les attaques les plus virulentes des critiques du Nouvel Age et d'autres qui préfèrent combattre le mal comme un ennemi séparé. Wendy Kaminer, par exemple, décrit le « refus de reconnaître le mal » du Nouvel Age comme un « charabia offensant ».

Je pense que Kaminer a raison en ce sens qu'il est clairement offensant de "faire la lumière" sur le mal. Et si le Nouvel Age va affirmer que l'Esprit (religieux) est la seule réalité, alors il doit rendre compte de manière significative de l'obscurité que nous voyons quotidiennement dans le monde.

Plus important encore, il doit nous donner les moyens de lutter efficacement contre le mal afin qu'il ne puisse plus prospérer.

Dans les yeux des spectateur

Dans le Nouvel Age, comme dans tout système de pensée idéaliste, il n'y a que l'Esprit, il n'y a que Dieu. Certains idéalistes diront que cela signifie que le mal n'existe pas du tout, et que notre perception de celui-ci doit donc être une illusion.

Mais il serait peut-être plus exact de dire que le mal est moins une erreur de perception qu'un sous-produit de la perception.

C'est, après tout, la nature de la perception de diviser l'expérience en polarités. Comme l'a noté Watts, le contraste est intégré dans "la nature même de la conscience", et toutes les choses doivent "être vécues comme bonnes/mauvaises ou plus/moins pour être vécues du tout". En tant que créatures finies, nous existons dans un monde relatif où tout est inévitablement meilleur ou pire, selon notre point de vue particulier.

Pourtant, comme Watts le soutient également, notre perception de deux forces distinctes ne signifie pas que ces forces sont distinctes en réalité. Décrire la nature de la perception humaine n'est pas la même chose que décrire la nature de toute réalité.

Du point de vue de la réalité infinie, les polarités n'ont aucun sens. La perception humaine pourrait avoir besoin de créer du mal pour délimiter le bien, mais cette division est complètement arbitraire. Chaque personne le place où il ou elle aime, selon la convention culturelle ou l'histoire familiale ou le goût personnel ou toute combinaison de ceux-ci. C'est pourquoi, dans certains pays, il est acceptable qu'une femme soit récompensée pour des relations sexuelles avec de l'argent, tandis que dans d'autres pays, une femme peut être punie pour des relations sexuelles d'une mort horrible.

La dialectique de Hegel

Les mystiques qui ont transcendé la perception humaine ordinaire conviennent unanimement que la réalité n'est pas divisée en deux forces. La Réalité est Une, et dans celle-ci se trouvent à la fois l'énergie négative et positive, à la fois l'obscurité et la lumière.

Pourtant, nous devons nous demander, pourquoi doit-il y avoir des ténèbres ? Pourquoi tout ne peut-il pas être léger ? Pourquoi l'esprit se déploie-t-il de telle manière que le négatif balaie si souvent la face du monde, nous renversant tous, encore et encore ?

C'est Georg Hegel, le brillant idéaliste allemand, qui a décrit le processus de déploiement de l'Esprit comme un processus de "dialectique". La séparation et l'union sont l'essence de la création, disait Hegel. L'esprit doit pouvoir se diviser pour pouvoir s'unir et donner naissance au nouveau.

Selon l'idéalisme hégélien, au fur et à mesure que le « un » descend dans les « plusieurs » formes de la matière, il se divise en plusieurs fragments. Certains de ces fragments sont positifs et négatifs, ce qui leur permet de se pousser et de se tirer les uns contre les autres, séparant et rejoignant de nouveaux modèles, créant plus de formes, plus de réalité, plus d'expérience.

Si l'énergie devait d'une manière ou d'une autre atteindre un équilibre stable, il n'y aurait plus de poussée et d'attraction, plus de flux d'énergie,

plus de vie, point final. Pour que la matière prenne vie, il doit y avoir un flux continu d'énergie allant du positif au négatif et vice-versa.

Ce rythme est l'essence de l'être ; toute la vie bat sur ce pouls alternatif. Le négatif, disait Hegel, est une partie complexe de - et même nécessaire pour

- Esprit devenant.

Le mal que font les hommes

Disons que nous acceptons théoriquement la nature dialectique de la vie et reconnaissons que tout est Un. Disons que nous sommes d'accord qu'il n'y a pas de force distincte, pas de seigneur des ténèbres déterminé à notre destruction. Nous aurions encore à faire face aux effets du mal.

L'esclavage, la guerre, le meurtre, l'oppression - tout cela existe toujours, diable ou non. Nous devons encore faire face à la malignité qui envahit le cœur humain et oblige quelqu'un à blesser sciemment les autres. Et nous devons encore savoir quoi faire à ce sujet.

Abandonner la définition du mal comme une force séparée de nous est la première étape, la plus vitale. Pourquoi? Car cette hypothèse est en elle-même source de bien des maux, nous permettant de diaboliser nos semblables et de les traiter comme des objets de peur et de haine. Pire encore, l'hypothèse nous permet non seulement de blesser les autres, mais elle nous encourage activement à « lutter » contre le mal en tuant ceux que nous avons perçus comme nous ayant fait du tort. Ainsi, nous devenons nous-mêmes le mal que nous essayons de détruire.

L'histoire le confirme à maintes reprises, des nazis et de leurs camps de concentration aux kamikazes et aux terroristes d'aujourd'hui. En essayant de "détruire" le mal là-bas, nous ne faisons que nous détruire nous-mêmes.

Mais au moment où nous cessons de renier le mal, au moment où nous reconnaissons que le mal n'est pas "là-bas" mais "ici" avec nous, alors nous nous retrouvons en possession du pouvoir de changer les choses. À ce moment-là, nous sommes en mesure de voir clairement qu'à la racine de chaque acte abominable perpétré par un être humain se trouve un ego humain qui se déchaîne, un ego aveuglé aux autres par sa propre douleur et sa colère. Nous voyons que nous sommes tous liés à la loi du karma. La

négativité engendre la négativité, et si le monde fait souffrir un enfant au début, cet enfant grandira pour faire souffrir le monde à la fin.

Mais le karma nous donne aussi la possibilité d'échapper à la spirale négative. Cela nous permet de choisir. Nous pouvons choisir de rencontrer l'énergie négative avec de l'énergie positive, choisir de rencontrer la douleur et la peur avec amour et compassion.

Lorsque nous pouvons le faire, lorsque nous n'avons plus besoin de vengeance pour notre douleur, nous supprimons le mal du monde. Dès que nous sommes capables d'accepter et de pardonner aux autres, alors, à ce moment-là, le mal n'est plus.

Le problème de la douleur

Je crois absolument qu'il est en notre pouvoir de bannir le mal de nos vies. Je crois que nous pouvons collectivement décider à tout moment de voir autrement, de choisir autrement, de vivre autrement. Mais même si nous devions créer un tel miracle ensemble, cela ne nous éviterait pas de souffrir.

Je pense que le problème du mal se résume finalement au problème de la souffrance, au problème de la douleur. Plus que tout, nous ne voulons pas ressentir de douleur. Plus que tout, nous voulons vivre dans un monde où personne, surtout ceux que nous aimons, ne souffrira.

De toutes les difficultés que la vie nous réserve, la douleur est la plus difficile à concilier avec la notion d'un Dieu aimant. Pourquoi, oh pourquoi, Dieu nous permet-il de souffrir ? Je me suis assis avec mon enfant à l'hôpital et j'ai désespéré de la question. Pourquoi les innocents sont-ils si souvent autorisés à être blessés ?

J'ai trouvé du réconfort dans l'idée que Dieu nous permet peut-être de ressentir de la douleur pour la même raison que j'ai permis à mes tout-petits de quitter leur berceau même si je savais qu'ils tomberaient et se blesseraient plusieurs fois pendant la journée.

Pourtant, si je le pouvais, ne créerais-je pas un monde dans lequel un enfant ne souffrirait pas chaque fois qu'il se cognerait la tête ? Peut être pas. Si elle était incapable de ressentir la douleur, elle n'aurait aucune raison d'apprendre à baisser la tête lorsqu'elle rampait sous une table. Sans douleur, elle aurait peu de motivation pour apprendre cette

importante leçon. Sans douleur, elle pourrait subir un mal encore plus grand.

"A moins que l'organisme ne puisse ressentir la douleur", a écrit Watts, "il ne peut pas s'éloigner du danger, de sorte que le refus de pouvoir être blessé est en fait suicidaire, alors que le simple retrait de la douleur ne l'est pas."

Malheureusement, dans notre réticence à ressentir la douleur et nos efforts pour nous anesthésier contre elle, nous finissons par causer beaucoup plus de souffrance à nous-mêmes et à ceux que nous aimons. L'alcoolisme, la toxicomanie, les dépendances alimentaires - ce ne sont là que quelques exemples de l'évitement de la douleur devenu source de souffrance.

Nous, Occidentaux, avons oublié, ou peut-être n'avons-nous jamais vraiment réalisé, la valeur de la douleur. Dans l'Amérique moderne en particulier, nous supposons qu'une vie sans douleur est une promesse de démocratie et sommes donc devenus une société de litiges et de punitions. Nous croyons que si quelqu'un nous cause de la douleur ou des difficultés, même involontairement, il ou elle doit payer.

C'est une sorte de progrès, car nous avons enfin compris qu'il est mal de se faire du mal. Mais nous avons amené cette prise de conscience à la conclusion illogique qu'il est mal d'être blessé ou de ressentir de la douleur. Le résultat est que toutes nos souffrances sont devenues insensées, des douleurs sans but rédempteur.

La Première Noble Vérité

La douleur est tressée dans l'expérience même d'être en vie; une caractéristique naturelle de la vie biologique. Dans le grand drame de l'auto-exploration de Dieu, nous serons tous blessés, nous serons tous brisés, nous mourrons tous.

« La terre doit être brisée pour faire naître la vie », a écrit Campbell. « Si la graine ne meurt pas, il n'y a pas de plante. Le pain résulte de la mort du blé. La vie vit sur les vies.

Cela peut sembler une façon absurde de voir la douleur qui est le résultat de maux insensés comme le viol et le meurtre. Ces horreurs n'engendrent certainement pas la vie. Mais ce ne sont pas les événements eux-mêmes qui ont un sens, c'est ce que les événements font advenir en nous.

« Les faits pervers", a déclaré William James, sont "probablement la seule ouverture de nos yeux sur les niveaux les plus profonds de la vérité ». Nous apprenons le courage en nous confrontant à la peur ; nous apprenons à aimer en surmontant la haine. À travers le négatif, nous sommes amenés au positif. Le mal, autant que la crainte, amène le cœur à Dieu, le Suprême (le commencement et la fin de l'univers).

Beaucoup de gens abordent leur philosophie ou leur religion comme un moyen de les aider à échapper à leur douleur, mais la religion est superficielle. Un bon système de croyance, cependant, ne nous isolera pas de la douleur, mais nous aidera à mieux y céder.

Ainsi, la Première Noble Vérité du Bouddha : La vie est souffrance. Accepter vraiment la douleur comme faisant partie de la vie est le début de toute sagesse. Et ce n'est qu'à partir de ce début que nous apprendrons à transformer le négatif en positif, à transformer la paille en or.

L'amour du destin

Dans le Nouvel Age, nous avons appris que rejeter la douleur et la férocité de la vie, c'est rejeter la vie elle-même. Dire « non » à un petit détail, c'est tout démêler. Nous devons dire « oui » à tout cela afin que nous puissions apprendre ce qu'il a à nous apprendre. Nous disons oui non seulement à la douleur, mais oui au défi que le mal nous lance : le défi d'accepter, de pardonner, d'aimer et de guérir les âmes ruinées qui apportent le mal dans le monde.

Cette acceptation est capturée par Nietzche dans les mots amor fati, ou amour du destin. Quoi qu'il arrive, nous acceptons qu'on nous donne quelque chose que nous devons apprendre. Quoi qu'il arrive, nous l'acceptons comme une opportunité que nous avons le privilège d'avoir reçue. Nous disons "oui" à tout cela, car, comme l'explique à nouveau Campbell, "Le démon que vous pouvez avaler vous donne son pouvoir, et plus la douleur de la vie est grande, plus la réponse de la vie est grande."

Le Nouvel Age nous dit que si nous disons « oui » à tout, et « participons avec joie aux douleurs du monde », alors nous avons trouvé le tout, l'Un, la vie universelle. En disant oui, nous gagnons un contexte plus large et nous voyons que nous ne sommes pas seuls avec notre douleur.

On passe de l'individuel à l'universel. Nous passons de ma douleur à la douleur, de mon drame au drame, l'ensemble des six milliards de drames individuels se produisant en même temps. Et de cette perspective universelle, nous acquérons une compréhension douce-amère qui pardonne tout, accepte tout.

Comme l'écrit Campbell à propos du héros mythologique qui endure de nombreuses épreuves, "Le héros transcende la vie avec son angle mort particulier et, pour un instant, s'élève jusqu'à un aperçu de la source", et avec "l'horreur encore visible", il voit un , l'amour qui soutient tout. Et il sait que peu importe ce qu'il endure, son essence est éternelle, indestructible et toujours en sécurité.

Pourtant, quelle que soit la force de ces arguments, ils sont tenus de sonner creux lorsque l'ombre du mal plane sur sa vie. Aucune quantité d'explications sur le dessein de Dieu ne peut consoler la femme qui doit enterrer un mari assassiné. Aucun changement de perspective ne soulagera la douleur d'un enfant maltraité. Aucun ensemble de croyances ne peut nous sauver de la douleur, et certainement aucune philosophie ne peut se substituer à l'action humaine dans l'effort d'empêcher le mal de prospérer.

Le problème de savoir comment vivre dans un monde avec le mal est sûrement le problème le plus difficile que nous rencontrerons jamais, et malgré tous nos efforts, nous ne trouverons peut-être jamais de réponses satisfaisantes. Mais c'est sûrement comme il se doit. Ce serait une erreur de se sentir à l'aise avec le mal ; tort de demander que nous ne soyons pas dérangés quand ça frappe.

Le problème du mal peut et doit continuer à nous interpeller, chaque jour. Comme Jung l'a également souligné, "Les problèmes graves de la vie, cependant, ne sont jamais entièrement résolus. S'il apparaît qu'ils le sont, c'est le signe que quelque chose a été perdu. La signification et la conception d'un problème ne semblent pas résider dans sa solution, mais en y travaillant sans cesse."

Une nouvelle norme morale

Allumez les nouvelles du soir et vous verrez des nouvelles de la guerre en Irak, des scandales politiques, des manigances d'entreprise, des fusillades dans des écoles, même des prêtres menottés pour avoir agressé des garçons. Les prisons ont été déclarées débordantes, mais les rues sont

toujours dangereuses. Des milliers d'enfants ont abandonné l'école, se sont drogués, sont tombés enceintes, ont acheté des armes.

Nous regardons tout cela se dérouler depuis nos propres salons, souvent avec nos enfants assis à côté de nous, et nous avons entendu les têtes parlantes à la télévision avancer sans cesse le même thème : notre société manque de plus en plus de valeurs et de conscience morale.

Nous avons tous intérêt à promouvoir une conduite morale, et nous sommes pratiquement tous d'accord pour dire que nous avons un besoin urgent d'instruction morale. Pourtant, la plupart ne recommandent pas d'ajouter un cours d'éthique au programme d'études secondaires. Au lieu de cela, la plupart disent que ce dont nous avons besoin, c'est d'une partie de cette religion d'antan. C'est probablement parce que pour la plupart d'entre nous, la religion et l'instruction morale sont une seule et même chose.

En effet, l'efficacité de toute religion ou philosophie peut être mesurée par ses résultats sur les actions et la conduite morale de ses adeptes. Une bonne philosophie peut augmenter ou non le niveau de bonheur d'une personne, mais elle devrait certainement en faire un meilleur citoyen. Une philosophie qui ne nous aide pas à mieux vivre ensemble est inutile.

Notre version de la moralité établit la norme selon laquelle nous élaborons les règles qui régissent notre société. Il détermine la base du « bien » et du « faux » afin que nous puissions clairement savoir quels actes entrent dans quelle catégorie.

Bien sûr, la religion élimine la nécessité d'une telle prise de décision. Il nous fournit une liste toute faite de vices et de vertus avec la Bible. Aucune réflexion n'est nécessaire.

Mais avant d'abandonner nos choix moraux à la religion, nous ferions bien de nous demander si la religion est vraiment la meilleure base de la morale ? Et un retour à la religion résoudrait-il vraiment le problème de la faillite morale ?

Un terrain moral fragile

La religion a une liste impressionnante de bien et de mal, et certains d'entre eux sont des règles morales solides. Mais certains d'entre eux ne le sont pas. En fait, la plupart des préceptes de la religion n'ont aucun rapport avec la moralité, mais sont liés au dogme.

Par exemple, selon le christianisme, le salut ne réside pas dans un comportement moral mais dans l'acceptation de Jésus-Christ comme fils de Dieu. La bonne nouvelle du christianisme n'est pas que nous ne devons plus pécher, mais que nous serons pardonnés quoi que nous fassions. Le plus vil des meurtriers peut accepter Jésus, être pardonné et être accueilli au paradis, tandis que les hommes bons et aimants qui n'acceptent pas le Christ sont toujours condamnés à la damnation. Dans la plupart des religions, le dogme remplace la morale et devient ainsi inévitablement le saboteur de la morale.

"La religion", a déclaré Alfred North Whitehead, "est le dernier refuge de la sauvagerie humaine. L'association non critique avec la bonté est directement annulée par des faits simples."

La foi en Jésus en tant que fils de Dieu ne déborde pas nécessairement dans la charité et les bonnes œuvres, comme l'ont prouvé les croisés, les inquisiteurs et les chasseurs de sorcières. L'histoire révèle sans équivoque que plus de sang a été versé en raison du zèle religieux que pour toute autre raison.

La moralité basée sur la religion est en outre paralysée par ses prétentions à être appliquée avec un système irréversible de récompenses et de punitions. Mais l'obligation morale est quelque chose qui doit être accepté, pas imposé. Une personne ne peut accomplir des actions véritablement morales que si ces actions ne sont pas dictées par la peur de l'enfer ou la faim du paradis.

"Tant que le devoir d'un homme a une autre voix, il n'est pas encore libre et donc pas responsable", écrit Abraham Kaplan. En fin de compte, la religion ne nous aide pas à devenir des personnes morales, elle nous fait simplement chanter pour que nous devenions des enfants obéissants.

Encore plus troublant est ce qui se passe lorsque l'autorité religieuse que nous avons acceptée présente une liste du bien et du mal qui a été écrite à une époque révolue et qui entre en conflit avec nos propres sentiments sur ce qui est bien et ce qui est mal.

"La majorité des hommes ne s'opposeront pas à la moralité qu'ils ont acceptée", déclare Ayn Rand. « Ils le briseront, ils le tromperont, mais ils ne s'y opposeront pas ; et quand ils le brisent, ils se blâment eux-mêmes.

La honte paralysante, la culpabilité, l'hypocrisie et la malhonnêteté sont tous des effets secondaires courants de l'acceptation de la moralité imposée par l'autorité religieuse. De tels démons rongent le moi, mais il y en a encore d'autres qui détruisent nos relations avec les autres.

La colère, le jugement, l'intolérance et la haine montent aussi comme des poisons de la boîte de Pandore lorsque nous dépendons de la religion pour déterminer la moralité. Pensez aux innombrables vies de femmes et d'enfants innocents qui ont été autrefois ruinées parce que la femme a enfreint le code moral en portant son enfant hors mariage. Pensez aux innombrables garçons et hommes moqués, agressés et même battus à mort à cause de l'homosexualité. Pensez aux guerres horribles et sanglantes menées au nom de Dieu.

"Le pouvoir de la moralité est le plus grand de tous les pouvoirs intellectuels", ajoute Rand. "Et la tragédie de l'humanité réside dans le fait que le code moral vicieux que les hommes ont accepté les détruit au moyen de ce qu'il y a de meilleur en eux." Notre sens moral est notre plus grand atout jusqu'à ce que nous l'abandonnions à la religion. Cela devient alors notre plus grande chute.

Absolutisme contre relativisme

L'autorité morale religieuse va de pair avec l'absolutisme moral, qui dit qu'il ne doit y avoir qu'une seule norme de moralité (le plus souvent ses écritures particulières), et insiste sur le fait que cette norme s'applique à tous, en tout lieu et à tout moment.

L'ignorance de cette norme par des gens dans d'autres lieux ou à d'autres époques, dit l'absolutiste, ne la change en rien. Les différences culturelles peuvent recevoir un clin d'œil symbolique, mais dans l'ensemble, la norme morale et son expression dans les règles sont immuables. tu as

Ne mentez pas, vous ne volerez pas, vous ne tuerez pas.

Il est facile de convenir que les règles glanées dans la norme biblique sont "justes", mais il est également facile d'imaginer des situations où le bien et le mal ne sont pas si irréprochables. Et si on mentait pour protéger les sentiments de quelqu'un ? Que diriez-vous de sauver la vie de quelqu'un?

Et si nous volions de la nourriture pour empêcher nos enfants de mourir de faim ? Et si on tuait en légitime défense ? Et si nous tuions parce que notre gouvernement nous a envoyés à la guerre ?

A force d'essayer d'établir des absolus, on finit par découvrir que toutes les règles éthiques sont relatives à la situation dans laquelle on se trouve. La conduite morale est toujours relative au temps, au lieu et aux circonstances.

En effet, dans la société mondiale d'aujourd'hui, nous nous retrouvons à nous familiariser avec plus d'époques, de lieux et de circonstances que jamais auparavant. Il est donc devenu vital d'établir une norme morale que nous pouvons tous comprendre, accepter et respecter. Plus important encore, nous avons besoin d'une norme qui nous permette de vivre ensemble plus harmonieusement.

Une nouvelle position morale

Bien sûr, c'est une chose de comprendre la nécessité d'une norme commune de moralité, c'en est une autre que les six milliards de personnes qui se partagent le monde s'entendent sur ce que devrait être cette norme. Même si l'autorité religieuse était une alternative acceptable, il y a trop de religions dans le monde, et trop de bibles différentes, qui reflètent différentes normes du bien et du mal.

L'idéalisme suggère une norme commune, formulée par Kant, qui nous commande de traiter les gens non pas comme un moyen, mais comme une fin en soi. Il s'agit d'une autre version de la règle d'or séculaire : "Faites aux autres ce que vous voudriez qu'ils vous fassent".

La règle est une excellente ligne directrice, mais pas une norme infaillible. L'utilisation de soi-même comme mesure pour tous les autres est vouée à l'échec. Ce que je perçois comme de la gentillesse peut être perçu comme irrespectueux envers un autre élevé différemment.

Dans la philosophie du Nouvel Age, la seule norme qui promet de tenir sans inspirer une guerre de dissidence est le droit inaliénable à l'autodétermination pour tous. J'ai le droit de déterminer ce qui est bon et juste pour moi tant que je m'assure que ce droit s'applique également à tous les autres.

Lorsque chacun de nous se voit accorder l'autorité sur sa propre vie, alors nous ne pouvons pas imposer nos croyances aux autres, ou toute autre forme de manipulation de leur vie - que ce soit positif ou négatif, la religion ou le meurtre.

La proclamation scandaleuse que l'autodétermination, ou la réalisation de soi, est le bien moral le plus élevé va à l'encontre de tout ce que nous avons jamais appris. On nous dit que la morale consiste à faire du bien aux autres, et que sacrifier nos propres besoins est souvent nécessaire au profit des autres.

Pourtant, Alan Watts pose cette question : « Si la morale consiste à faire du bien à son prochain, il est clair que la morale existe pour l'homme plutôt que l'homme pour la morale, et le problème de savoir à quoi sert l'homme lui-même est encore indécis.

Assurément, nous ne pouvons pas décider de la base de la moralité sans connaître d'abord notre but, ou « à quoi sert l'homme lui-même ». Et sûrement la moralité doit soutenir ce but. L'éthique d'une personne doit être cohérente avec sa métaphysique, et si nous comprenons que notre but en étant vivant est d'ajouter à la connaissance de Dieu à travers notre expérience individuelle, alors cela devient un impératif moral de développer cette expérience au mieux de nos capacités - et de faire sûr que tous les autres ont la même chance.

Dans le Nouvel Age, le devoir envers Dieu est un devoir d'être fidèle à soi-même. Selon les mots de William Ernest Hocking, c'est un devoir de « t'universaliser, c'est-à-dire de te considérer comme un être unique, ayant une vision de la réalité qui n'est accordée à aucun autre, ce qu'il est de ton destin d'exprimer : exprime cette idée latente, rends ton sentiment privé ou intuition du monde le sens universel ; intégrez-le dans l'action... réviser une loi, peindre un tableau, construire une arche, éduquer un enfant ; agir de telle sorte que votre dépôt de vérité trouve son chemin dans le courant universel de la vie."

Cette base de moralité, ajoute Hocking, "réussit dans son entreprise cosmique inconnue".

Un acte de foi

Pour ceux qui ont passé leur vie à s'en remettre aux voix retentissantes de l'autorité morale, l'autodétermination est un concept radical et dangereux. Si les gens étaient autorisés à prendre des décisions concernant leur propre vie et ce qu'ils font de leur propre corps, beaucoup de choses que nous considérons maintenant comme bonnes et mauvaises resteraient les mêmes, mais un certain nombre changeraient certainement. Les toxicomanes et les prostituées ne feraient rien de moralement « mal » après tout.

« La terreur de la réforme », écrivait Emerson, « est la découverte que nous devons jeter nos vertus, ou ce que nous avons toujours estimé comme tel, dans le même gouffre qui a consumé nos vices les plus grossiers ».

Alors oui, la liberté morale est un risque, mais le risque n'est pas aussi grand pour notre sécurité et notre bien-être que pour nos idées préconçues sacrées. Nous devrons peut-être admettre qu'il existe un meilleur moyen d'inculquer un comportement moral que de supposer que nous sommes tous vils, intérieurs incapables de nous empêcher de nous faire du mal. Nous devrons peut-être admettre que, dans l'ensemble, nous pouvons nous faire confiance.

Comme nous le rappelle Alan Watts, "nous sommes parfaitement capables de faire la distinction entre le haut et le bas en tout point de la surface de la Terre, réalisant en même temps qu'il n'y a pas de haut et de bas dans le cadre plus large du cosmos".

De même, nous sommes parfaitement capables de distinguer les actions d'amour des actions destructrices sans créer de catégories de péché. Et nous sommes parfaitement capables de nous mettre d'accord sur des lois pour le bien commun et de tenir les contrevenants responsables sans les condamner à l'enfer pour faire bonne mesure.

Cela signifie-t-il que la philosophie du Nouvel Age n'a aucun système d'éthique, aucun sens du devoir envers Dieu et l'univers ? Non, c'est seulement qu'une fois les principes du Nouvel Age compris, la moralité et l'éthique suivent naturellement.

Si nous savons que nous sommes tous également divins, tous un avec Dieu, alors il devient impensable de faire du mal à un autre être humain. Si nous savons que la terre est une autre manifestation de Dieu, alors nous ressentons une révérence pour toute vie et un respect pour la nature. Si nous comprenons la vraie nature de Dieu, nous sommes contraints à l'amour inconditionnel pour toutes ses incarnations, et la moralité n'est plus une lutte, mais une condition naturelle.

La perspicacité de l'unité, conclut Emerson, "nous projette dans le parti et l'intérêt de l'univers" et nous déplace inexorablement "dans la direction du juste et du nécessaire".

Le plus grand bien

La déclaration Nouvel Age selon laquelle la réalisation de soi est la base de la moralité attire le feu nourri des critiques. Bien sûr, ils ne l'appellent pas la réalisation de soi, ils l'appellent « l'auto-absorption » ou « l'intérêt personnel rampant » qui ne peut que conduire à un conflit de masse.

C'est une préoccupation compréhensible et une bonne question à poser. Que se passe-t-il lorsque vous suivez les préceptes de « ma voix intérieure » et que vous suivez la vôtre ?

Tout d'abord, il est important de savoir que lorsque le Nouvel Âge parle de réalisation de soi, il ne fait pas référence à l'ego, cette partie de nous isolée, bruyante, craintive et contrôlant à laquelle la plupart d'entre nous s'identifient (Voir L'énigme du Soi) .

Se plier à «l'intérêt personnel» de l'ego est exactement la situation que nous avons aujourd'hui, et bien sûr, nous voyons en effet des conflits de masse partout où nous nous tournons. Le plus grand bien est rarement servi.

Le Nouvel Age préconise une voie différente, loin de l'ego, parce que les désirs de l'ego ne sont pas basés sur un véritable intérêt personnel. L'ego n'a aucun intérêt pour le vrai moi. L'ego ne veut que du confort et de la protection, quel qu'en soit le prix, et de nombreux désirs de l'ego causent autant de mal à soi-même qu'aux autres.

Dans le véritable intérêt personnel, la voix intérieure est la voix de l'âme. Et, parce que l'âme a peu de besoins autres que l'expérience ici et maintenant, l'intérêt personnel authentique entrera rarement en conflit avec l'intérêt personnel d'autrui. Dans un véritable intérêt personnel, notre

objectif n'est pas seulement de vivre et de laisser vivre, mais aussi d'aider à vivre, car nous ne pouvons pas nous empêcher de nous voir dans les autres.

Le Nouvel Age nous dit que la réalisation de soi n'est pas du tout une réalisation si nous ne nous voyons pas dans le contexte de l'ensemble. À travers soi, nous découvrons les autres ; à travers les autres, nous découvrons le moi. Il n'y a pas de séparation en réalité, nous sommes Un.

Oui, nous sommes du Nouvel Age, et faisons beaucoup de «travail» sur nous-mêmes, mais pas seulement pour nous-mêmes. Nous comprenons qu'une société est seulement aussi forte et saine que les individus qui la composent. Nous comprenons qu'en devenant un individu plus pacifique et plus aimant, nous contribuons à créer une société plus pacifique et plus aimante. Nous comprenons que nous ne pouvons pas atteindre le nirvana par nous-mêmes ; nous devons le créer ensemble.

Peut-être est-il vrai que le Nouvel Age est une maison confortable pour les égocentriques. Mais je crois que le potentiel d'auto-absorption réside dans la personne, pas dans la philosophie. Les personnes égocentriques se sentent à l'aise dans toutes sortes de systèmes de croyances. Le Nouvel Age, cependant, offre de nombreux outils pour nous aider à voir au-delà de l'égocentrisme de l'ego vers l'unité de l'âme avec tous les autres moi. Le Nouvel Age insuffle en nous une préoccupation constante pour le plus grand bien qui devient une partie de notre être.

Pleine conscience et méditation

Non loin de chez moi à Gand, dans le centre commercial au coin de la rue presque, il y a un centre de yoga qui propose des cours de méditation. Chaque fois que je passe devant le centre et que je vois l'horaire des cours sur du papier verge d'or collé sur la porte d'entrée, je m'arrête et le regarde avec envie, même si je médite depuis 1961.

Plus que toute autre chose à laquelle je peux penser, à ce stade de ma vie, je veux m'asseoir et m'engager dans le néant de la méditation en groupe. Mais le fait est qu'à ce moment particulier de ma vie, je suis déjà partagé entre plusieurs œuvres charitables, un appartement, une famille et des amis, et il ne me reste tout simplement plus rien à consacrer à un autre engagement. Je médite chaque jour dix à vingt minutes, le matin ou le soir.

Je ne suis pas le seul à être confronté à ce dilemme. La plupart d'entre nous sommes terriblement débordés en ces jours de trop de choses à faire, même étant retraitant. (Voir mes prestations sur Internet. Nous constatons que cela semble faire partie intégrante de la vie européenne moderne - hâte, surcharge, stress. Nous constatons également qu'à mesure que nous travaillons de plus en plus, nous gagnons de moins en moins, surtout en ces jours où tout augmente. Nous ne sommes pas comblés de bénédictions à ce stade et vidés par cette situation. Mais quel est le remède ?

Le Nouvel Age nous dit que le problème n'est pas qu'il y a trop de choses qui se disputent notre attention, mais que nous ne savons tout simplement pas comment concentrer notre attention sur une chose à la fois. Le remède à notre stress n'est pas de réduire nos vies pour mieux accueillir notre attention dispersée, mais de réduire notre attention à nos vies et à ce qui se passe ici, en ce moment.

Nous commençons par apprendre exactement ce qu'est vraiment ce moment.

L'instant présent

Selon mon horloge, ce petit moment existe à peine. Houp, et c'est parti. L'instant d'après passe tout aussi vite, et le suivant. Avec tant de moments qui disparaissent si vite, il n'est pas étonnant que nous sentions que nous devons nous dépêcher, que nous ne pourrons jamais rattraper notre retard.

Mais mon horloge est à l'envers. Le temps tel que mon horloge le mesure n'existe tout simplement pas parce que ce petit moment ne disparaît pas du tout ; c'est toujours ici. Cela dure littéralement pour toujours.

Le temps est une illusion que nous avons créée pour notre commodité. C'est une structure que nous utilisons tous d'un commun accord, de la même manière que nous avons convenu que certains mots représentent certains objets. Les mots ne sont pas réels non plus; le mot "chaud" n'a pas de chaleur en lui. Pourtant, ces symboles de la réalité nous permettent de communiquer les uns avec les autres - et de se présenter au même endroit au même moment.

Oui, nous pouvons nous rappeler des moments qui ont précédé celui-ci, mais nous ne nous souvenons pas tant des temps précédents que des événements précédents ou des mouvements antérieurs de la matière. Ces événements semblent séparés dans le temps car nous les vivons

successivement. Mais comme chaque événement se produit, c'est maintenant. Lorsqu'un événement passé s'est produit, c'était maintenant. Lorsque des événements futurs se produiront, ce sera maintenant. Tous les événements se produisent maintenant parce que maintenant est tout ce qui existe.

Nos horloges perpétuent l'illusion du temps en ajoutant un autre chiffre à chaque passage de l'aiguille des minutes. Mais nous ne pouvons pas vraiment ajouter du temps car ce moment n'a ni début ni fin. Le tic-tac d'une horloge n'est rien d'autre que de la matière en mouvement, tout comme la rotation et l'orbite de la planète par lesquelles nous mesurons les jours et les années. Les horloges ne mesurent pas le temps, après tout, elles mesurent simplement le mouvement.

Dès que nous comprenons que le présent est tout ce qui existe, nous commençons à nous libérer dans une certaine mesure des préoccupations du passé et de l'avenir. Nous comprenons qu'il n'y a aucune raison de reporter notre bonheur à un avenir magique, quand tout ira mieux. Il n'y a pas d'avenir, et pas de magie autre que ce que nous trouvons ici et maintenant. Et il n'y a pas de passé non plus.

Le passé n'existe pas ? C'est un concept des plus difficiles à saisir. Après tout, nous construisons notre identité sur le passé. Nous regardons la personne que nous sommes aujourd'hui à la suite de ce qui s'est passé hier. Mais si nous comprenons que le temps linéaire est une illusion, nous voyons que les personnes que nous sommes aujourd'hui ne sont pas le résultat de ce que nous avons fait dans le passé, mais de ce que nous faisons aujourd'hui.

L'analogie d'Alan Watts est celle d'un navire traversant l'océan. Le navire se déplace dans le présent tandis que le sillage se déploie derrière lui, marquant son passé. Nous ne dirions pas que le sillage propulse le navire ; il marque seulement où le navire a été. De même, on ne peut pas dire que le passé nous propulse dans le présent. C'est le présent qui crée le passé. Un navire peut changer de direction à tout moment, et nous aussi.

Séance – Demeurer dans le Présent

Afin d'apprendre à demeurer pleinement le moment présent - à "être ici maintenant" selon les mots de Ram Dass - de nombreuses religions, enseignants et livres nous conseilleront de nous asseoir régulièrement en méditation chaque jour. La méditation est un véhicule conçu pour nous

faire passer de la connaissance de la vérité à un niveau théorique à l'expérience de la vérité à un niveau pratique.

Certains le considèrent comme le seul véhicule capable de faire le travail. Ken Wilber, par exemple, suggère qu'essayer de provoquer une transformation personnelle par un changement de philosophie sans la pratique de la méditation, c'est "comme manger le menu au lieu du repas". Il considère qu'une certaine forme de méditation est nécessaire non seulement pour la croissance individuelle, mais aussi pour la croissance collective de la société.

La principale raison pour laquelle la philosophie de l'idéalisme n'a pas tenu sa promesse de transformer les sociétés dans le passé, soutient Wilber, est qu'elle n'a pas réussi à "développer de véritables pratiques contemplatives…. Reproduire dans la conscience les insights transpersonnels et l'intuition de ses fondateurs.

Il fait écho à un certain nombre d'autres qui ont souligné qu'il y a une grande différence entre avoir des connaissances et vivre de ces connaissances. Emerson a également déploré la «double conscience» de l'idéalisme qui lui permettait de «voir» des vérités universelles sans lui donner les moyens quotidiens de vivre ces vérités.

« Quand vais-je mourir et être relevé de la responsabilité de voir un univers que je n'utilise pas ? Je souhaite échanger cette foi éclair contre une lumière du jour continue, cette lueur fébrile contre un climat bénin. Emerson souhaitait concilier ses « deux vies », là l'un de son entendement, l'autre de son âme.

C'est exactement ce que je ressens lorsque je me tiens devant le centre de yoga, aspirant à avoir le temps de méditer. Je ressens aussi vivement la différence entre connaître la vérité et vivre la vérité, et je sais que la méditation m'aiderait à vivre plus pleinement de ma connaissance. Pourtant, ce sont les professeurs de méditation eux-mêmes qui m'empêchent de considérer la méditation comme une « solution ».

Ces professeurs me disent que si je décide que la réponse à mes problèmes est de méditer, alors je resterai figée sur le trottoir devant le centre commercial, pleine d'un désir sans fin. Ils me disent que si je veux aller au-delà des connaissances théoriques vers des connaissances personnelles et directes, alors je dois accepter ma vie telle qu'elle est aujourd'hui dans toute sa splendeur surpeuplée, bruyante et trop à faire.

Tout est exploitable

Trungpa a également noté la disparité entre la connaissance et notre capacité à vivre cette connaissance et nous a conseillé d'éviter de juger un état meilleur que l'autre. Il nous a conseillé de proclamer sans crainte que tout état d'esprit, de l'immobilité au chaos, est acceptable. Si nous pouvons nous asseoir dans un silence calme, c'est bien et nous avons de la chance. Mais s'il n'y a pas de place pour le calme ou le silence dans nos vies, c'est aussi bien, et nous avons quand même de la chance.

« Les situations chaotiques ne doivent pas être rejetées », a-t-il écrit. « Il ne faut pas non plus les considérer comme régressifs, comme un retour à la confusion. Nous devons respecter tout ce qui arrive à notre état d'esprit… tout état d'esprit doit être considéré comme une situation viable. Nous sommes chacun déjà là où nous sommes censés être.

Wilber a sûrement raison lorsqu'il dit que la croissance spirituelle est le résultat de la pratique et non le résultat de la philosophie. Il a également raison lorsqu'il dit que cela ne nous sert à rien de changer nos cartes de la réalité à moins que nous ne provoquions également un changement dans le cartographe. Mais je pense qu'il est également correct de dire que dans nos efforts pour mettre nos croyances en pratique, cette pratique n'est pas nécessairement la pratique de la méditation.

Il n'y a pas de moyens spécifiques ou de pratiques spéciales qui peuvent nous rapprocher de la réalité, dit Alan Watts, "car chaque dispositif de ce type est astucieux... Il n'y a aucun moyen d'arriver là où nous sommes, et quiconque cherche un ne trouve qu'un mur lisse de granit. sans passage ni prise de pied. Les yogas, les prières, les thérapies et les exercices spirituels ne sont à la base que des ajournements élaborés de la reconnaissance qu'il n'y a rien à saisir et aucun moyen de le saisir.

En fin de compte, la forme la plus importante de pratique spirituelle est la vie quotidienne. Et bien que la pratique de la méditation puisse être le moyen le plus efficace de faire taire l'ego bruyant assez longtemps pour "entendre" la vérité en nous, il ne s'ensuit pas que nous ne pouvons entendre aucune vérité sans elle. L'intuition de la vérité a une façon de se glisser à travers les fissures même dans les murs les plus épais de la pensée. Et un changement de perspective suffit pour ouvrir une fissure.

Tenir compte du maintenant

Être ici maintenant, vivre vraiment le moment, semble être facile. Ce n'est pas. C'est un de ces paradoxes si communs aux efforts spirituels que l'effort de vivre dans l'instant est ce qui nous sépare de l'instant.

Lorsque nous courons après le moment, nous ne faisons que le chasser. Ou, comme l'a dit un maître zen, rechercher l'illumination de ce moment "c'est comme monter sur un bœuf pour trouver un bœuf". Ce n'est qu'en restant ouverts à ce qui se passe maintenant que nous sommes capables de remarquer le moment qui surgit d'en dessous de nous, là où il a toujours été.

Certes, sans la pratique régulière de la méditation, cette ouverture au moment ne se produira peut-être pas très souvent. Je sais que dans ma propre vie, je passe des jours distrait par la densité de mes pensées et de mes réactions, et le moment reste complètement perdu pour moi.

Mais il y a beaucoup d'autres jours - où je me souviens de ralentir et de respirer - et le moment s'ouvre de manière inattendue sous moi. Assis dans mon jardin avec un vent chaud qui déchire les palmiers, ou en marchant sur la pente rocheuse des contreforts du désert, ou en regardant mes enfants danser à la radio, je me retrouve complètement présent, vide de tout sauf de ce qui est ici -à présent.

"Parfois", écrit Thoreau, "alors que je dérive paresseusement sur Walden Pond, je cesse de vivre et commence à être."

D'après les écrits de Thoreau, il est clair que ces moments aléatoires lui suffisaient. Il savait qu'essayer d'en avoir plus, essayer de vivre d'eux tout le temps, était le seul moyen sûr de les empêcher.

La méditation vous l'enseigne à travers un processus d'élimination. Finalement, vous apprenez qu'il n'y a rien de spécial à apprendre, rien de spécial à faire. Vous vous réveillez, vous mangez, vous travaillez, vous dormez, c'est tout.

Pourtant, alors que nous allons de l'un à l'autre, si nous tenons fermement à la vérité, à la connaissance, nous constaterons qu'elle s'enfonce lentement en nous et qu'elle devient le niveau à partir duquel nous vivons. Cela peut prendre des années, des décennies, voire des vies entières. Mais ça va, tout est fonctionnel. Il ne faut pas se précipiter, ne pas se dire que vous ne le faites pas "bien".

Chacun de nous est déjà là où nous sommes censés être, et en nous réveillant chaque matin tels que nous sommes, nous remplissons notre objectif.

Peut-être ne pouvons-nous pas nous empêcher d'aspirer à une illumination rapide ou à une paix permanente. Mais en fin de compte, j'aime à penser que le but de la quête spirituelle n'est pas de nous libérer, mais de nous apprendre à vivre plus pleinement dans l'intrigant pays de l'illusion. J'aime à penser que nous sommes censés apprendre non pas à nous échapper, mais à nous engager plus pleinement dans ce que Trungpa appelle lalita, la danse avec des phénomènes apparents, quelle que soit la façon dont elle s'élève en ce moment. J'aime à penser que la véritable libération ne se produit que lorsque nous ne désirons plus du tout être libérés.

Et peut-être qu'un jour, nous apprendrons tous, comme l'a fait Alan Watts, que « le spirituel ne doit pas être séparé du matériel, ni le merveilleux de l'ordinaire. Nous devons nous démêler des habitudes de parole et de pensée qui séparent les deux, rendant impossible de voir que ceci – l'expérience immédiate, quotidienne et présente – est ÇA, le point entier et ultime de l'existence de l'univers. .”

Sommaire

Ordre Souverain des Frères Aînés Rose + Croix, Fondation à Avignon (France) en 1317 par SS le Pape Jean XXII, sise à Gand (Belgique)

